என்றும் உங்களுடன் புத்தகம்-1

மங்கையர் மலர்

ANGAYAR MALAR செப்டம்பர் 2008 258 பக்கங்கள் ரூ.20/-




ஸ்ரீ குமரன் ஸ்டோர்ஸ்
திருமண நல்வாழ்த்துக்கள்
5 Maadi
Kumaran
உஸ்மான் ரோடு, சென்னை.
போன் : 24359029


Pt
PLATINUM
உங்கள் இதயத்தை வருடும்
இனிய தருணங்களைக் கொண்டாட
அதிஉன்னத சின்னங்கள்.
உங்கள் வாழ்வில் புதிய மைல்கற்களாய் சில
இனிய தருணங்கள். அந்த மகத்தான
தருணங்கள், பிளாட்டினத்தால் மட்டுமே
கொண்டாடப்பட வேண்டியவை.
VBJ
SINCE 1900
Rani Seethai Hall, Parallel to Gemini Flyover, 603, 1st Floor, Anna Salai, Chennai - 6. Ph: 2829 2008 / 09 | www.vummidi.com



ரூ.5,000 பரிசு

113 அறிவுப் போட்டி

முக்கிய அறிவிப்புகள்

4, 8, 16, 152, 159

68

பூ பூக்கும் ஓசை!





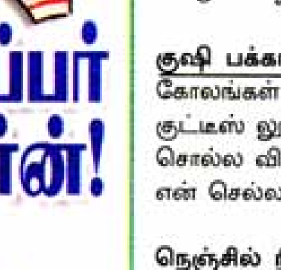
142

பெப்பர் பாப்கார்ன்!

நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்!

77





பண்டிகை ஸ்பெஷல் பக்கங்கள்!





அட்டையில் : டாக்டர். ப்ரீதா அருண்
குழந்தைகள் : அஷ்னி, அர்நவ்
வண்ணப்படம் : ஸ்ரீஹரி

ளிர் மாத இதழ்!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மலர் : 28 இதழ் : 8 செப்டெம்பர் 2008

ஆள்மாறாட்டம்!



● அசல்

பீஜிங் ஒலிம்பிக்ஸில் தங்கமும், வெங்கலங்களும் வாங்கித் தந்து இந்தியாவின் மானத்தைக் காப்பாற்றிய இளஞ்சிங்கங்களுக்கு நன்றி!

முதல் வரியை இப்படி ஆரம்பித்தாலும், நான் சொல்ல நினைப்பது வேறொரு விஷயத்தை..

பீஜிங் ஒலிம்பிக் தொடக்க விழாவை பார்த்தவர்களுக்கு அதன் பிரம்மாண்டமும் கோலாகலமும் பிரமிப்பை ஊட்டியிருக்கும்.

அந்தத் தொடக்கவிழாவில், ஒன்பது வயதான லின் மியோக் என்ற சிறுமி, சீனாவின் பிரபலமான தாய்நாட்டுப் பாடலைப் பாடுவதுபோல் காட்டினார்கள். அந்த மழலை மாறாத இனிய குரல், அனைவரது நெஞ்சத்தையும் கிள்ளிவிட்டுப்போனது. 'தெவிட்டாத தேன் பாகுக்குரல்!'' என்று வர்ணனையாளர்கள் வியந்து போய் பாராட்டினார்கள். டி.வி. சேனல்களும், பத்திரிகைகளும் தவறாமல் லின் மியோக்கை விதவிதமாக போகஸ் செய்தன.

ஆனால் மறுநாளே, அந்தப் பாடலை, லின் மியோக் பாடவில்லை; அவர் வெறும் வாயை மட்டுமே அசைத்துள்ளார் என்பது அம்பலமானது. முதலில் இந்தப் பாடலைப் பாட தேர்வு செய்யப்பட்டவர், ஏழு வயதான யாங் பெய் என்ற சிறுமி. இனிய குரல், அழகிய உச்சரிப்பு, சரியான பாவம், எல்லாம் இருந்தாலும் அந்தச் சிறுமி, பார்க்க சுமாரான தோற்றம் கொண்டிருந்தார் என்ற ஒரே காரணத்துக்காக, விழா மேடையில் ஏற்றப்படவில்லை.

'நீ அழகாயில்லை' என்று சொல்லி, ஒரு குழந்தையின் மனத்தை நோகடிக்கச் செய்த, ஒலிம்பிக்ஸ் விழா ஏற்பாட்டர்களின் கொடூர அணுகுமுறை, அம்பலமானதும் சர்வதேச அளவில் சலசலப்பை ஏற்படுத்தியது. ஆனால் மறுநாளே பரபரப்பும், தலைப்புச் செய்திகளும் வேறு விஷயங்களுக்குத் தாவிவிட, ஆள்மாறாட்டச் செய்தி மறைக்கப்பட்டுவிட்டது.

ஆனால், யாங் பெய் இதை மறப்பாளா? ஒவ்வொரு நாள் கண்ணாடி முன்பு நிற்கும்போதும், கோணல் பற்களைப் பார்க்கும்போது, அந்தக் குழந்தை தாழ்வு மனப்பான்மையில் குன்றிப் போகமாட்டாளா? அந்தப் பாடலைக் கேட்கும் போதெல்லாம் பொசுக்கப்பட்ட அவளது மகிழ்ச்சி, நினைவுக்கு வந்து வாடிப் போக மாட்டாளா?

● நகல்



அண்மையில் அழகு நிலையத்துக்குப் போயிருந்தேன். பன்னிரண்டு வயது மதிக்கத்தக்க சிறுமி ஒருத்தி, கை, கால்களில் வாக்ஸிங் செய்து, அப்பர் லிப் எனப்படும் பூனைமுடி மழித்து, ப்ளீச்சிங், ஃபேஷியல் எல்லாம் செய்து கொண்டாள். கூடவே அவளது மிடில் கிளாஸ் அம்மா!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
லக்ஷ்மி நடராஜன்
கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
எக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.
பொறுப்பாசிரியர் : **அனுராதா சேகர்**
வடிவமைப்பு :
எஸ். ஸ்டீஃபன்,
எம். மோகன், ச. கார்த்திகேயன்
தொலைபேசி : 4343 8888
சந்தா பிரிவு : 4343 8833
தொலைநகல் : 044 - 4343 8899
மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
விளம்பரப் பிரிவு :
marketing@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com
சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.250/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : **ரூ. 1,700/-**

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

எல்லாம் முடிந்ததும், இறுக்கமான ஸ்ட்ராப்லெஸ் டாப்ஸூம், குட்டை ட்ரவுசரும் அணிந்து, செந்நிற தலைமுடி துள்ள, அவள் படிகளில் நெஞ்சை நிமிர்த்திக் கொண்டு போன காட்சி, எனக்கு சிறு கலக்கத்தை ஏற்படுத்தியது.

எதிரே வந்தவர்களைப் பார்த்து, அந்தத் தாயும், சிறுமியும் மிதப்பாகக் கண்களைச் சுழற்றிக் கொண்டே, ஆட்டோவில் ஏறிப் போனார்கள். (சொல்ல மறந்துட்டேன்... அவள் வாயில் அலட்சிய சூயிங்கம் மெல்லல்!)

யாங்பேயின் நிலைமை, தன் பெண்ணுக்கு வந்துவிடக் கூடாதே என்ற பதைப்பில், இப்போதிலிருந்தே அந்தத் தாய், மெனக்கெடுகின்றாளோ என்று யோசிக்க ஆரம்பித்துவிட்டேன்.

நிச்சயம், சௌந்தர்யம் என்பது மிகப் பெரிய வரப்பிரசாதம்தான்! அழகாயிருக்க யாருக்குத்தான் பிடிக்காது? ஆனால் அழகைப் பற்றிய நமது கண்ணோட்டத்தை சிறிது மாற்றிக் கொண்டு, வருங்கால சந்ததியை வளர்ப்பது அனைவருக்குமே நலம் விளைவிக்கும்!

★ ஆரோக்கியம், சுத்தம், சுகாதாரம் இவற்றுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து குழந்தைகளைப் பேணுங்கள்.

★ புற அழகு நிரந்தரமில்லாதது; அக அழகும், உள்ளார்ந்த திறமைகளுமே நீடித்து நிலைக்கும் என்று எடுத்துச் சொல்லி அதற்குண்டான ஊக்குவிப்புகளைத் தொடருங்கள்.

★ மிக சிறிய வயதிலிருந்தே பியூட்டி கான்ஷியஸாக வளர்ப்பதைவிட டியூட்டிகான்ஷியஸாக வளர்ப்பது, அந்தக் குழந்தைக்கு சிறப்புகளைத் தரும்.

★ அழகு ஒரு ப்ளஸ் பாயிண்ட்! இளமையும் வசீகரமும் போனஸ் மட்டுமே! ஆனால் அதையே அஸ்திரமாகவோ, மூலதனமாகவோ பயன்படுத்தும் மனப்பான்மை வளர்வது அல்லது வளர்ப்பது பெண்களின் சுயகௌரவத்துக்கு இழுக்கு. அது மட்டுமல்ல... சில சமயம், அவர்களுக்கே அது ஆபத்தாகவும் முடியும் என்று தாய்மார்கள் போதிக்க வேண்டும்.

அனுஷா நடராஜன்


என் துணிகள் இப்ப என் குழந்தையோட
சருமம் போல மென்மையா இருக்கு.
- திருமதி ஷில்பா சிவகுமார்
நான் எப்பவும் பிரீமியம் டிடெர்ஜென்ட் உபயோகிப்பேன். அம்மாவா இருக்கறவங்களப்பத்தி தெரியாதா? குழந்தைக்காக நாம செய்யறது போதுமாங்கற கவலை எப்போதும். ஒரு நாள் என் அம்மாதான் கம்ஃபர்ட் உபயோகிக்கச் சொன்னாங்க. என் குழந்தையோட துணிய அதுல துவைச்சேன். தொட்டுப் பாத்தா ரொம்ப மென்மையா இருந்திச்சி. அத நான் எங்க துணிகள்ளயும் உபயோகிச்சேன். அதோட விளைவுகள் அசர வச்சிது. துணிகளுக்கு ஒரு மாயிஸ்சரைசரப் போல மென்மை தருது. துணிகள மறுபடியும் மறுபடியும் தொட்டுப் பாக்க தோணுது என் குழந்தையோட மிருதுவான சருமம் போல. உபயோகிச்சிப் பாருங்க, உங்களுக்கே புரியும்.
அழைக்கவும்
1800-22-8080.
Comfort
கம்ஃபர்டை உபயோகிக்கும் முறை: 1 துணிகளை வழக்கம்போல் டிடெர்ஜென்ட்டால் துவையுங்கள் 2 இப்போது அரை பக்கெட் தண்ணீரில் அரை மூடி கம்ஃபர்ட்டை சேருங்கள் 3 துவைத்த துணிகளை ஐந்து நிமிடம் வரை பக்கெட்டில் ஊற வையுங்கள் 4 துணிகளை எடுத்து மறுபடியும் அலசாமலேயே காயப்போடுங்கள்

ஜெயஸ்ரீ ராஜ்
நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி - 2008 முடிவுகள்



முதல் பரிசு ரூ.10,000

மூடு பல்லக்கு! - எஸ்.கமலா இந்திரஜித், புள்ளமங்கலம்.

இரண்டாம் பரிசு ரூ.7,500

பெண்மையும் மேன்மையும்! - கண்ணம்மாள் பகவதி, மதுரை.

மூன்றாம் பரிசு ரூ.5,000

பாசக்கயிறு! - சோபனா ராஜ், திருச்சி.

மங்கையர் மலரில் இச்சிறுகதைப் போட்டி, மூன்றாவது ஆண்டாக நடைபெறுகின்றது. இந்த வருடம் போட்டிக்கு வந்த கதைகளின் எண்ணிக்கை மிக அதிகம் என்பதோடு இன்னொரு குறிப்பிடத்தக்க அம்சத்தையும் உணர்ந்தோம். பெண்கள் பத்திரிகை நடத்தும் போட்டி என்றதும், பெண்களை தியாகச் செம்மல்களாகவும், சேவைத் திலகங்களாகவும் மட்டுமே சித்திரிக்கும் கதைகளாக எழுதித்தள்ளாமல், நிறைய யதார்த்தமான கதைகளும் பழைய மரபுகளை, செண்டிமெண்ட் தடைகளை உடைத்தெறியும் புரட்சிக் கதைகளும் அமைந்திருந்தன. மிக்க மகிழ்ச்சி!

எழுத்தாளர் வித்யா சுப்ரமணியம், எழுத்தாளர் பாலு மணிவண்ணன் ஆகியோர் நடுவர்களாக இருந்தனர். இவர்களுடன் மங்கையர் மலர் பொறுப்பாசிரியர் அனுராதா சேகரும் பரிசீலித்ததில், மேற்கண்ட சிறுகதைகள் பரிசுக்குரியவையாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டன.

முதல் பரிசு பெற்ற கதை இந்த இதழில்... பிரசுரத்துக்குத் தேர்வான கதைகளின் விவரம் அடுத்த இதழில்...

பரிசு பெற்றவர்களுக்கு வாழ்த்து. ஆர்வமுடன் கலந்து கொண்டவர்களுக்கு நன்றி.

(ஆர்.)

★ படம் : ஸ்ரீஹரி




பொம்பளைங்க தயாராக நிறைய நேரம் எடுத்துப்பாங்கன்னு சொல்றவங்க என் கணவர பாக்கணும்.
- திருமதி வித்யா மணவாளன்
எல்லாம் என் தங்கை ஒரு சாஷே கம்ஃபர்ட் குடுத்ததுலேர்ந்து தொடங்கிச்சி. அத உபயோகிச்சதும், என் துணிகள் மென்மையாவும் வாசனையாவும் இருக்கறத பாத்து ஆச்சரியப்பட்டுட்டேன். ஆனா அதுல ஒரு பிரச்சனை இருக்கு. இப்ப என் கணவரு ஆற அமரதான் தயாரகிறாரு. ஷர்ட் ஃப்ரெஷ்ஷாவும் போட்டுக்க சுகமாவும் இருகறதுல அப்படியே மயங்கிடறாரு. மத்த எல்லாரையும் பத்தி கேக்காதீங்க. அவருக்காக காத்திருக்கறத தவிர வேற வழி. உபயோகிங்க. அப்பறம் நான் சொல்றது புரியும்.
அழைக்கவும் 1800-22-8080. வாருங்கள், கம்ஃபர்ட் மகிமையை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
Comfort
கம்ஃபர்டை உபயோகிக்கும் முறை: துணிகளை வழக்கம்போல் டிடேர்ஜென்ட்டால் துவையுங்கள் இப்போது அரை பக்கெட் தண்ணீரில் அரை மூடி கம்ஃபர்ட்டை சேருங்கள் துவைத்த துணிகளை ஐந்து நிமிடம் வரை பக்கெட்டில் ஊற வையுங்கள் துணிகளை எடுத்து மறுபடியும் அலசாமலேயே காயப்போடுங்கள்

ஜப்பானில்

நம்மூரில் கொலு வைப்பது போல், ஜப்பானிலும் கொலு வைக்கிறார்கள். என்ன ஆச்சரியமாக உள்ளதா? 'ஹினா மட்சூரி' என்றழைக்கப்படும் இந்த பொம்மைத் திருவிழா, மார்ச் மூன்றாம் நாள் கொண்டாடப்படுகிறது. (ஹினா - பொம்மை, மட்சூரி - திருவிழா). சிறுமிகளின் ஆரோக்கியத்திற்காகவும், நல்வாழ்வுக்காகவும் வேண்டி, இந்தத் திருவிழா கொண்டாடப்படுகிறது. பொதுவாக, இந்தக் கொலு, சிறுமிகள் இருக்கும் இல்லங்களில்தான்







கொலு!



வைக்கப்படும். 17-ஆம் நூற்றாண்டில் இருந்து இந்த விழா நடைமுறையில் இருந்து வருகிறது.

ஜப்பானிய வழக்கத்தில் கொலு ஐந்து (அ) ஏழு படிகளுடன் அமைக்கப்படும். கொலுவின் படிகளில் விசேஷமான சிவப்புக் கம்பளம் விரிக்கப்படும். அந்தக் கம்பளத்தின் கீழ் ஓரத்தில் வான வில் நிறக் கட்டங்கள் அமைந்திருக்கும். கொலுவில் 'ஹினா' என்றழைக்கப்படும் பொம்மைகள் அடுக்கப்படும்.

முதல் படியில் அரசர் மற்றும் அரசி யின் பொம்மைகள் வைக்கப்படும். இரண்டாம் படியில் மூன்று அரசவைப் பெண்களின் பொம்மைகளும், மூன்றாம் படியில் ஐந்து இசைக் கலைஞர்களின் பொம்மைகளும் இடம்பெறும். நான் காம் படியில் இடம்பிடிப்பது இரண்டு அமைச்சர்களும், ஐந்தாம் படியில் மூன்று வேலைக்காரர்களின் பொம்மை களும், ஆறாம், ஏழாம் படிகளில் மினி யேச்சர் மரச் சாமான்கள், சாப்பாட்டுக் கோப்பைகள், வண்டி மலர்கள் போன்ற மற்ற சாமான்களும் இடம்பெறும்.

இந்த இனிய நாளில், குட்டிப் பெண் கள் அழகிய கிமோனோக்களை (ஜப் பானிய பாரம்பரிய உடை) அணிந்து, தங்கள் தோழிகளின் வீட்டுக் கொலுவுக்குச் செல்வர்.

பழங்காலத்தில் புல்லாலும், வைக்கோலாலும் மட்டுமே பொம்மைகள் தயார் செய் யப்பட்டன. கொலு முடிந்தபின், ஆற்று நீரில் இந்த பொம்மைகளை மிதக்க விடுவர். காலப்போக்கில் வைக்கோல் பொம்மை கள் மறைந்து, வேலைப்பாடுடன் கூடிய, அழகிய, விலைமதிப்புமிக்க பொம்மைகள் கொலுவில் இடம்பெற ஆரம்பித்தன. இப்போதெல்லாம் யாரும் 'காஸ்ட்லி' பொம்மைகளை ஆற்றில் போட்டு விடுவதில்லை. நம்மூரைப் போல சேமித்து வைத்து, அடுத்த வருட பண்டிகைக்கு பயன்படுத்துகிறார்கள்.



இந்த பொம்மைத் திருவிழாவின் போது, 'அமேஸேக்' என்ற பாரம் பரிய பானம் பரிமாறப்படு கிறது. அரிசி கேக்கும், சோயா சாஸும் விருந்தில் முக்கியமாக இடம்பெறு கின்றன.

- தஸ்மிலா அஸ்கர்,
கீழக்கரை.



வலி தீர உதவுங்க!

எனக்கு வயது நாற்பது. சுமார் பத்து, பன்னிரண்டு வருடங்களாக மண்டை பிளக்கும் 'மைக்ரைன்' தலைவலியால் கஷ்டப்படுகிறேன். மாத விலக்குக்கு முன்னாலோ, பின்னாலோ, அந்தச் சமயத்திலோ ஒரு வாரத்தில் எப்போது வேண்டுமானாலும் தலைவலி வரும். வந்தால் ஒரு வாரம் வயிற்றுப் பிரட்டலுடன் வாந்தியும் இருக்கும். சில சமயம் டாக்டரிடம் சென்று ஊசி போட்டுக் கொண்டால்தான் நிற்கும். நிறைய வலிநிவாரண மாத்திரைகள் சாப்பிடுகிறேன். ஆயினும் குறைந்த பாடில்லை!

அலோபதி, ஹோமியோபதி, ஆயுர்வேதம் எல்லாம் முயற்சி செய்து விட்டேன். எதற்கும் கட்டுப்படவில்லை.

அந்தச் சமயத்தில் வெளியூர் செல்லவோ, கல்யாணம், மற்றும் விசேஷங்கள் வந்தாலோ மிகவும் பயப்படுவேன். வேலையே செய்ய முடியாது. குளிர்ப்பிரதேசங்கள் சென்றாலும் வந்து விடும்.

என்னைப்போல் தலைவலியால் கஷ்டப்பட்டு, எதன் மூலமாவது குணமானவர்கள் தயவு செய்து தெரியப்படுத்தவும். எண்ணெய் சாப்பிடாமல், வெயிலில் செல்லாமல், எல்லாம் இருந்து பார்த்து விட்டேன்!

தலைவலி தீர ஆலோசனை தேவை!

- நர்மதா சுவாமிநாதன்,
சென்னை - 78.



காரைக்காலில் ஒரு கடையில் நான் கண்டு ரசித்த சிந்தனைத் துளி :-

'உங்கள் வயிற்றில் கரையும் ஒரு மாத்திரையை விட உங்கள் மனதில் கரையும் ஒரு நல்ல எண்ணம் நல்ல ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கும்.'

- என்.ஜரினா பானு,
திருப்பட்டினம்

அங்கே அப்படி.. இங்கே இப்படி!



சில ஆங்கில வார்த்தைகள் இங்கிலாந்தில் ஒரு மாதிரியாகவும், அமெரிக்காவில், வேறுவிதமாகவும் கூறப்படுகின்றன. மாதிரிக்கு சில :

இங்கிலாந்து - அமெரிக்கா
லிப்ட் - எலிவேட்டர்
க்யூ - லைன்
டாப் - ஃபாஸ்ட்
பேஸ்மெண்ட் - சைடுவாக்
ட்ரௌஸர்ஸ் - பாண்ட்ஸ்
ஹேண்ட் பேக் - பர்ஸ்
கார்டன் - யார்ட்
ஃபுட்பால் - சாக்கர்
கார் - ஆட்டோமொபைல்
பான்னட் - ஹூட்
பூட் - ட்ரங்க்
பெட்ரோல் - காஸோலின்
ஹாலிடே - வெகேஷன்
டாய்லெட் - ரெஸ்ட் ரூம்
மொபைல்போன் - செல்போன்
ஜாம் - ஜெல்லி
பிஸ்கட்ஸ் - குக்கீஸ்
லாரி - ட்ரக்
பிக்னிக் - குக்அவுட்
சிப்ஸ் - ஃப்ரைஸ்
டென்னிஸ் ஷூ - ஸ்னீக்கர்ஸ்

- மரகதம் ராகவசிம்மன்,
திருவல்லிக்கேணி.



சமீபத்தில் நான் இங்குள்ள பிரபல பள்ளி ஒன்றிற்குச் சென்றிருந்தபோது. அந்த வகுப்பின் கரும்பலகையில் வித்தியாசமான விஷயம் கண்ணில் பட்டது.

பூந்தோட்டம் - V-ஈ
மொட்டுகள் - 42
மலர்கள் - 40
பூத்த நாள் : 1.8.08
மற்ற பள்ளிகளும் பின்பற்றலாமே!

- என்.செண்பகவல்லி,
பாளையங்கோட்டை

மங்கையர் மலர் செப்டெம்பர் 2008



Dr. G. Radhika Reddy M.A., Ph.D.,
Doctor of Philosophy in Cosmetology

Angels®
Since 1991
Advanced Clinic (P) Ltd
Hair, Skin & Body Care

COSMETIC CLINIC

NO MORE WORRY OF UNWANTED HAIR (Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)





தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்க தற்போது ஏஞ்சல்ஸில் நம்பகமான சிகிச்சை அளிக்கின்றது. ND-YAG Long Pulsed லேசர் சிகிச்சையின் மூலம் மிகவும் தத்ருபமாக தேவையற்ற ரோமங்களை மிகவும் குறைந்த சிட்டிங்கில் நீக்கி வருகின்றனர். இச்சிகிச்சை பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளில் உள்ள தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்கிவிடலாம்.



WEIGHT REDUCTION TREATMENT AT ANGELS

தற்போது உடல் எடையை குறைப்பதற்கு கவலைப்பட தேவையில்லை. ஏஞ்சல்ஸில் மிக அருமையான சிகிச்சை அளித்து வருகின்றது. இவர்களின் அக்வா தெர்ம் செல்லுலைட் தெரபி, பாடி பார்மர், புரோட்டீன் தெரபி என்ற சிகிச்சையின் மூலம் உடல் எடையை மிக அதிக அளவில் உடல் பருமனுக்கு ஏற்றவாறு குறைக்கின்றனர். இச்சிகிச்சை ஆண்கள் மற்றும் பெண்களுக்கும் பொருந்தும். மேலும் உங்கள் உடல் அமைப்பை Figure Correction மூலம் சரி செய்கின்றனர்.



GOOD BYE ! TO BALD HEAD WITHIN 1 HOUR THRU SILICON SYSTEM®



சிலிக்கான் சிஸ்டம்

வழுக்கை தலையினால் அவதி படுகிறீர்களா ? கவலையை விடுங்கள், ஏஞ்சல்ஸ் இப்போது வழுக்கை தலையை ஆராய்ந்து அவர்களின் முக அமைப்புக்கு ஏற்றவாறு சிலிக்கான் சிஸ்டம் என்ற அதிநவீன சிகிச்சை மூலம் ஒரே மணி நேரத்தில் பொருத்தி விடுகிறார்கள்.

CHENNAI: 2B, 3rd Avenue, T-53/99, Rajeshwari Mansion, Anna Nagar, Chennai - 40. Cell: 98400 46599. Ph: 044-42176679 / 26212547 / 26213468

மேலும் விவரங்கள் அறிய பிரதி சனிக்கிழமை VIJAY TV - யில் காலை 10.30 முதல் 11.00 மணி வரை காணத்தவறாதீர்கள்.

www.angelsadvancedclinic.com

COIMBATORE: RR Complex, V.O.C. Road, 117/B, West Sambandham Rd, R.S.Puram, Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889. Cell: 92444 15899

- Hyderabad - (040)23222111, 66368999
- Bangalore - (080)41153995, 41153996, 09845566799

குக்கரி க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி

குக்கரி தர்பாரில் கலந்துக் கொள்ள சமையல் ராணிகளை அழைக்கிறோம். ஒரிஜினல் சமையல் குறிப்புகளைத் தெளிவாக எழுதி, கீழே உள்ள கூப்பனையும் நிரப்பி அனுப்புங்க. தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசு!



குக்கரி க்வீன் சமையல் போட்டி (செப்டெம்பர்)

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் :
பால் + ஏலக்காய்

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

கடைசித் தேதி : 25.9.2008

அடிச்சாங்க பரிசு!

ஆஹா ஆகஸ்ட் (2008) போட்டியில் 'தற்காலத்தில் அனைத்து வீடுகளிலும் கேபிள் இணைப்பு உள்ளது. அதன் உரிமையாளர் இறந்துவிட்டால் அந்த இணைப்பை பெயர் மாற்றம் செய்ய வாரிசு சான்றிதழ் அடையாள அட்டை, வக்கீல் கையெழுத்து என நிறைய பணம் செலவழிக்க வேண்டியுள்ளது. இதைத் தவிர்க்க கேஸ் நிறுவனங்களை அந்த இணைப்புக்கு வாரிசுதாரர் முறையைப் பயன்படுத்தலாமே!' என்ற குறிப்பை எழுதி ரூ.150/- பரிசு பெறுகிறார் திருமதி விசாலாட்சி ஜம்புநாதன், அதே டிப்ஸை சிறந்ததாகத் தேர்வு செய்த பல வாசகியரில் குலுக்கல் முறையில் ரூ.150/- பரிசு பெறுகிறார் திருமதி எம்.நிர்மலா, சென்னை - 93



ஆஹா பரிசு!

இந்த இதழில் 'ஆஹா 50!' என்ற தலைப்பில் இடம்பெற்றுள்ள டிப்ஸ்களைப் படியுங்கள். மிகச் சிறந்த ஒரே ஒரு குறிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து, எழுதி அனுப்புங்கள். உங்கள் தேர்வும், ஆசிரியர் குழுவின் தேர்வும் பொருந்தினால் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- பரிசு! தேர்ந்தெடுப்பவருக்கு மட்டுமல்ல, அந்தக் குறிப்பை எழுதியவருக்கும் ரூ. 150/- பரிசு! 'செப்டெம்பர்-ஆஹா பரிசு!' என்று மறக்காமல் குறிப்பிட்டு, பக்க எண், வாசகி பெயருடன் அஞ்சல் அட்டையில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்கள்.

கடைசித் தேதி: 15.9.2008


உங்கள்
சுவர்களை
அலங்கரித்திடுங்கள்
உண்மையான டெக்ஸ்டைல்
டிசைன்கள் டைல்கள் மீது.
JOHNSON
hilighter
textile
022 3084 7484
1800-22-7484
www.hjohnsonindia.com



‘ஐம்’ என்ற திருக் கோலம்!

ஸ்ரீ ரங்கநாதர் பொம்மையை கொலு வில் அப்படியே வைக்காமல் ஒரு தட்டில் கொத்துக் கொத்தாக நிறைய பஞ்சை பிய்த்துப் போட்டு அதன் நடுவே வைத்தால் ‘ஐம்’ என்று பாற்கடலில் பாம்பணையில் பள்ளிகொண்ட பெருமாளாகக் காட்சியளிப்பார்.

- அபர்ணா சுப்ரமணியம்,
மைலாப்பூர்.

ஆஹா 50!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

தண்ணீர் பாட்டில்கள் தற்போது பல நிறங்களில் கிடைக்கின்றன. அதில் சிறிய தூசி, பூச்சி விழுந்திருந்தால் சரியாகத் தெரியாது. பிளெயின் பாட்டில் என்றால் எளிதில் கண்டுபிடிக்கலாம். எனவே சிறுவர், சிறுமியர்களுக்கு பிளெயின் வாட்டர் பாட்டிலில் தண்ணீர் கொடுத்தனுப்புங்கள்.

- எஸ். விஜயலக்ஷ்மி,
ஹைதராபாத்.

பள்ளி மாணவர்களுக்கு 11-ம் வகுப்பில் அரசு வழங்கும் மிதிவண்டியை 8-ம் வகுப்பிலேயே வழங்கினால் ஐந்து வருடங்களுக்கு அவர்களுக்குப் பயன்படும். குறிப்பாக கிராமப்புற மாணவர்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

- எஸ். மங்கையர்க்கரசி,
நெய்வேலி - 3.

கொலு வைப்பதற்கு முன், அந்த அறைக்கு மட்டும் வர்ணம் அடித்து விட்டால், கொலு கவர்ச்சிகரமாகத் தோன்றும்.

- கே. ராஜலக்ஷ்மி, நங்கநல்லூர்.

சாப்பாட்டின் அளவைக் குறைத்து மூன்று வேளைக்குப் பதிலாக ஆறு வேளையாகச் சாப்பிட பழகிக் கொண்டால் ரத்தக் கொதிப்பு மற்றும் நீரிழிவு நோய்களின் தாக்கம் குறையும்.

- சி.ஆர்.பி. அம்பிகாதேவி,
பூனாம்பாளையம்.

மிகவும் நெருங்கிய உறவினர்கள், நண்பர்கள் வீட்டுக் கொலுவுக்கு, காலையில் கூட போகலாம். தவறில்லை. அப்போதுதான், நம் வீட்டிற்கு மாலையில் வருபவர்களை உபசரிக்க, நாம் வீட்டிலிருக்க முடியும்.

- வி. மகாலிங்கம், சென்னை - 91.

தாம்பூலத்தில் ரவிக்கைத்துணி வைத்துக் கொடுத்தால் அது கை மாறிக் கொண்டே இருப்பதாக ஒரு சகோதரி குறிப்பிட்டிருந்தார். சிறு பித்தளை விளக்கு வாங்கிக் கொடுத்தால் கார்த்திகை தீபத்துக்கு உதவும்.

- கே. விஜயா, திருச்சி.



கிரிக்கெட் வீரர் பொம்மைகள் சிலர் காற்றில் கீழே கிடக்க, ''என்ன கிரிக்கெட் வீரர் எல்லாம் படுத்துக் கிடக்காங்க?'' என்றேன்.

அந்த வீட்டுச் சின்னக்குட்டி, ''இப்போ ட்ரிங்ஸ் டைம். ரிலாக்ஸ்டா படுத்துக்கிட்டிருக்காங்க'' என்று போட்டாளே ஒரு போடு!

- ஜெ. ஐஸ், தஞ்சை.

“மெதுவாதான் வரும்!”



சென்ற முறை நவராத்திரி அழைப்புக்கு என் நாத்தனார் வீட்டுக்குச் சென்றிருந்தேன். புறப்படும் போது, தாம்பூலம் கொடுக்க தட்டு எடுத்து வைத்து ரவிக்கைத் துணி எடுத்து வர உள்ளே சென்றார். அப்போது அவளது மைத்துனர் மகன் [6 வயது இருக்கும்] என் நாத்தனாரிடம், ''அந்த மாமி பிளவுஸ் போட்டுண்டு தானே இருக்காங்க?'' என்று சொல்லவும், ஒரே சிரிப்பு!

– பானு சுரேஷ், ஆதம்பாக்கம்.



சென்ற வருடம் தசாவதார பொம்மைகளை ஒரு படியில் வைத்திருந்தார்கள். அதில் கூர்மாவதாரம் மட்டும் இல்லை.

''கூர்மாவதாரம் எங்கே?'' என்றேன்.

வீட்டிலுள்ள பெண்மணி, ''ஆமை தானே? மெதுவாகத்தான் வரும். வந்து கொண்டே இருக்கு'' என்று சமாளித்தார். மறுநாள் கூர்மாவதாரம் கொலுவை அலங்கரித்தது.

- ஜே. ஐஸ்வர்யா, தஞ்சாவூர்.


Gurunathar Charanam
PRASHANTI
House of Silk Cottons
பிரசாந்தியின் சில்க் காட்டன் உடன்
தசரா, தீபாவளியை கொண்டாடுங்கள்!
சில்க் காட்டன் என்றாலே பிரசாந்தி
For more details Visit www.bharatmatrimony.com / Wedding Directory / Apparels
Timing: 10 am to 8 pm
PRASHANTI
16, 6th Cross St, C.I.T. Colony, (Behind Chettiar Hall)
Mylapore, Chennai - 4. Ph: 2499 1850/ 2499 7636
PRASHANTI'S PARIPURNA
52, 4th Main, 17th Cross, Malleswaram,
Bangalore - 55. Ph: 2334 1632/ 98861 85951



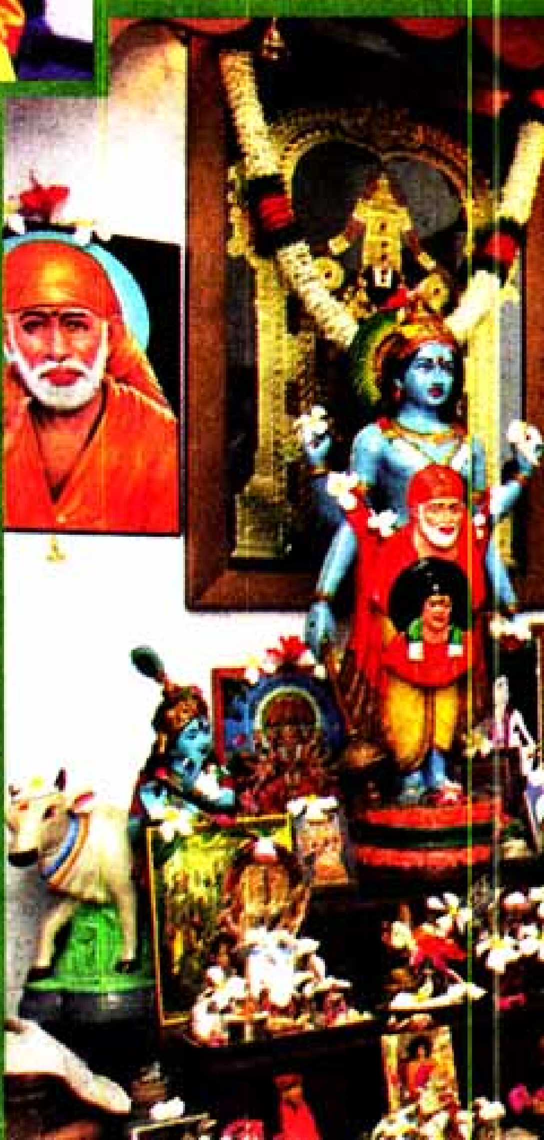
❋ ஸ்ரீ பாபாவுக்கு உணவு பரிமாறுகிறார்...

ஸ்ரீ சத்யசாயி பகவானுக்கு, 'மும்பையில்' 'சத்யமும்', 'ஹைதராபாத்தில்' 'சிவமும்' இருப்பது போல, சென்னையில் 'சுந்தரம்' என்ற பெயரில் கோயிலாக, இறைப்பணி மன்றமாக உருவாக நிலம் தந்து உதவியவரே திரைப்பட நடிகை திருமதி அஞ்சலிதேவிதான் என்

''**ஸ்ரீ** சத்யசாயி பாபாவைப் பற்றிய ஒரு தொடரை ஆரம்பிக்கவிருக்கிறோம். அதற்கு உங்களுடைய உதவி வேண்டும்!'' என்று ஸ்ரீசத்யசாயி சேவா சமிதியின் தமிழகத் தலைவரான திரு. ரமணி அவர்களைத் தொடர்புகொண்டபோது, கைநிறைய ஸ்ரீ சாயி பற்றிய புத்தகங்களையும், சில தீவிர பாபா பக்தர்களின் தொடர்பு எண்களையும் தந்து உதவினார்.

அத்துடன், ''ஸ்ரீ ஸத்ய சாயி புக்ஸ் அண்ட் பப்ளிகேஷன் டிரஸ்ட் (தமிழ்நாடு) வெளியிட்ட புத்தகங்களிலிருந்து தேவையான பகுதிகளை எடுத்துப் பிரசுரிக்கவும் மகிழ்ச்சியுடன் அனுமதி வழங்கினார். அவருக்கும், இத்திருப்பணியில் எனக்கு உதவிய திரு. வைகுந்தம், திரு. ஐயர், திரு. குருசாமி, போன்ற 'சுந்தரம்' தன்னார்வத் தொண்டர்களுக்கும் சாயி பக்தர்களின் சார்பாக நன்றி தெரிவிக்கிறேன்.

அனுராதா சேகர்



பதை நான் ஏற்கெனவே அறிந்திருந்தேன். அதனால் அவரிடம் பாபாவைப் பற்றிப் பகிர்ந்து கொள்ள நிறைய விஷயங்கள் இருக்கும் என்று தோன்றியதால், முதல் ஃபோனே அவருக்குத்தான் போட்டேன்.

அவருடைய மருமகள் திருமதி. விஜயலக்ஷ்மி பேசினார். ''உண்மையைச் சொன்னால், நாங்கள் வீட்டில் வாங்கும் ஒரே பத்திரிகை மங்கையர் மலர்தான். உங்களுடன் பேசியதில் மகிழ்ச்சி... அம்மா ஒங்கோல் போயிருக்காங்க! நீங்க அடுத்த வாரம் வாங்க!'' என்று அன்புடன் தேதியும் குறித்துக் கொடுத்தார்.

இறைவனுடன் இனிய அனுபவங்கள்! 3

பகவான் பாபா!



சென்னை, ராஜா அண்ணாமலைபுரத்தில் உள்ள 'சுந்தரம்' சாலை, பத்து கிரவுண்டுகளுக்குக் குறையாத இடத்தில் பிரம்மாண்டமாக விரிந்திருக்கிறது ஸ்ரீ பகவானின் 'சுந்தரம்' திருக்கோயில். கோயிலுக்குப் பக்கத்து பங்களாவில் அஞ்சலி தேவி குடியிருக்கிறார்.

அது ஒரு வியாழக் கிழமை என்பதால், பூஜை எல்லாம் முடித்து விட்டு, நமக்காகக் காத்திருந்தார் அஞ்சலிதேவி. சிவப்பு நிறப் பட்டுப் புடைவை. எளிய அலங்காரம். மிருதுவான

• படம் : ஸ்ரீஹரி

குரல்... அன்புடன் வரவேற்றுப் பூஜை அறைக்கு அழைத்துச் சென்றார்.

சிறிய பூஜை அறைதான். ஆனால் அதன் தூய்மையும், மங்களமும் நம்மைச் சிலிர்க்க வைத்தன.

பூஜை அறையில் நடுநாயகமாக ஒரு சிலை நம்மைக் கவர்கிறது. மூன்றடி உயரத்தில் மகாவிஷ்ணு, அவரிடமிருந்து ஸ்ரீ ஷீரடி சாயி, பின் அவரிடமிருந்து ஸ்ரீ புட்டபர்த்தி சாயி தோன்றி அருள் வழங்குவது போல வடிவமைக்கப்பட்ட சிலை!



''எங்களுடைய அஞ்சலி பிக்சர்ஸ் படங்களைத் தயாரித்துக் கொண்டிருந்த காலத்தில், ஸ்டூடியோவின் ஆர்ட் டைரக்டரிடம் சொல்லி வடிவமைத்த சிலை'' என்று தகவல் சொன்னார்.

''ஸ்ரீ பாபாவை நீங்க சந்தித்தது எப்போது?''

''1963ம் வருஷம், தரிசித்தேன். இத்தோட 45 வருஷமாகுது! ஸ்ரீ சாயியைத் தவிர வேறு நினைவில்லை இப்போது அண்மையில் கூட வைட்ஃபீல்டு போயிட்டு வந்தேன். 'ஆபத்பாந்தவன்' என்ற சொல்லுக்கு அவரை மட்டுமே சொல்ல முடியும்!'' என்றவர் பாபாவைப் பற்றி நிறையப் பேசினார். அதன் சுருக்கம் மட்டுமே தரப்பட்டுள்ளது.

''திரை உலகத் தாரகையாக, புகழின் உச்சியிலிருந்த காலம் அது. இயல்பாகவே, என்னுள் பக்தி ஊறியிருந்ததாலோ என்னவோ, விரும்பி நிறைய பக்திப் படங்களிலேயே நடித்துக் கொண்டிருந்தேன். எனக்கு உற்றதுணையாக என் கணவர் ஆதிநாராயணராவ், என்னை எல்லாவிதத்திலும் ஊக்குவித்து வழி காட்டிக் கொண்டிருந்தார்.

நாங்கள் இருவரும் இணைந்து பல படங்களைத் தயாரித்துக் கொண்டிருந்தோம். பேரும், புகழும் பெருஞ்செல்வமும் எங்களைத் தேடி வர, வாழ்க்கை இனிமையாகப் போய்க் கொண்டிருந்தது.

ஒளிமயமாயிருந்த எங்கள் வாழ்க்கையில், திடீரென்று இருள் சூழ ஆரம்பித்தது. நாங்கள் தயாரித்த படங்கள் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய்த் தோல்வியைத் தழுவின. நண்பர்கள் என நம்பியவர்கள்

இவ்வுலகப் பிரச்னைகளுக்கு பகவான் காணும் தீர்வு மிகவும் எளியது. உலகின் நலம் பெற உதவும் திறவுகோல் தனிமனிதனின் உயர் மாற்றந்தான். ஸ்வாமி கூறியவாறு :-

இதயத்தில் தர்மம் இருக்கும்போது
சீலத்தில் அழகு நிலவும்
சீலத்தில் அழகு இருக்கும்போது
இல்லத்தில் ஒத்திசைவு நிலவும்
இல்லத்தில் ஒத்திசைவு இருக்கும்போது நாட்டில் ஒழுங்கு நிலவும்
நாட்டில் ஒழுங்கு இருக்கும்போது உலகில் அமைதி இருக்கும்.

மோசம் செய்தார்கள். நெருக்கடியான நிலைமை. செய்வதறியாது திகைத்து நின்றோம்.

எங்கள் கஷ்டத்தைப் புரிந்து கொண்ட எங்கள் உற்ற நண்பர் நடிகர் திரு. நாகையா, எங்களுக்கு ஆறுதல் அளித்தார். 1963ம் ஆண்டு, ஆழ்வார்ப் பேட்டையிலுள்ள திரு. வெங்கடமுனி இல்லத்திற்கு வருகை தந்திருந்த பகவான் ஸ்ரீ சத்தியசாயிபாபாவைக் காண அழைத்துச் சென்றார்.

அங்கே நிறைய பக்தர்கள் கூடியிருந்தனர். ஸ்வாமியைப் பார்த்தவுடனேயே, எங்கள் கண்களிலிருந்து கண்ணீர் வழிந்தது. நெடுநாட்கள் அறிந்தவர் போல், எங்களைப் பெயர் சொல்லி அழைத்தார்.

காணிக்கையாகத் தர முடிந்தது. அவர் பாதங்களில் விழுந்து நமஸ்கரித்து விடைபெற்றோம்.

அன்றைக்குப் பற்றிய பரந்தாமனின் திருவடிகளை இன்று வரை விடவில்லை. அவரே எங்களுக்கு உயிர் மூச்சு. ஸ்வாமி உறுதியளித்தது போல கருமேகங்கள் விலக ஆரம்பித்தன. கோர்ட் வழக்குகள் எங்களுக்குச் சாதகமாகத் திரும்பின. வாழ்வில் மீண்டும் வசந்தம் துவங்கியது. சத்யசாயிபாபா மனிதரல்ல; சம்சாரசாகரத்தில் மூழ்கித் தவித்துக் கொண்டிருக்கும் நம்மை, 'கரை சேர்க்க வந்த கருணாமூர்த்தி' என்ற நம்பிக்கை வேரூன்றியது.

சாயிநாமமும், சாயி சேவையுமே

அதர்மம் மிகுந்த தனி மனிதர்கள், அமைதியற்ற சமுதாயத்தை உருவாக்குகிறார்கள். மனிதனின் இதயத்தில் தர்மத்தை உறுதியாக நிலைநிறுத்துவது எவ்வாறு? பாபா கடவுள் நம்பிக்கையில்லாத மனித சமுதாயம், விலங்குகள் நடமாடும் காட்டின் நிலைக்கு சீர்கேடடைகிறது. மனிதன் ஆன்மிக உயர்மாற்றம் அடையும்போது மட்டுமே, தர்மிகு சமுதாயம் தழைத்தோங்க இயலும்.

நாங்கள் ஏதும் சொல்வதற்கு முன்வரே, ''நானிருக்கும் போது எந்த பயமும் தேவையில்லை. உங்கள் இதயங்கள் தூய்மையானவை. யாருக்கும் நீங்கள் கெடுதல் நினைக்கவில்லை. ஆனால் உங்கள் நண்பர்கள் உங்களை மோசம் செய்து விட்டார்கள்!'' என்று வரிசையாக அவர்கள் பெயர்களைச் சொன்னார். நாங்கள் வாயடைத்து நின்றோம்.

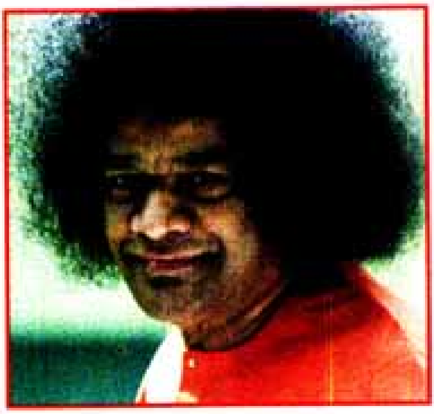
''இந்தக் கஷ்டங்கள் கடந்து செல்லும் மேகங்கள். அவை விலகி ஒளி வீசும். நான் இருக்கிறேன்!'' என்று அபயம் அளித்தார். அந்த அன்புப் பிரவாகத்தில், திக்குமுக்காடிப் போன எங்களால் ஆனந்தக் கண்ணீரையே

எங்கள் மூச்சு என்ற தீர்மானத்திற்கு வந்தோம். என் கணவர், சாய்சுப்ரபாதம் இயற்றி, இசையமைத்து, திருமதி பி. சுசீலாவை பாடவைத்து, அந்த ஒலி நாடாவை ஸ்வாமிக்கு சமர்ப்பித்தார்.

பகவான் என்ன சொல்வாரோ என்ற அச்சம். கண்களை மூடி ஆனந்தமாய்ப் பாடலை ரசித்த ஸ்வாமி, ''சால பாக உந்தி!'' என்று கூறி ஆசீர்வதித்து அனுப்பினார். இன்று உலகெங்கிலுமுள்ள சாயி பக்தர்களின் இல்லங்களில் சாயிசுப்ரபாதம் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இது எங்களுக்குக் கிடைத்த பாக்கியம்.

பிரச்னையிலிருந்து நாங்கள் மீண்டு வந்த பிறகு, ஸ்வாமியை ஒருமுறை தரி

சித்தோம். ''மீண்டும் படங்கள் தயார் செய்!'' என்று ஆசீர்வதித்தார். ஸ்வாமியின் திருவாக்குப்படி, 'சநிசக்குபாய்' 'சநி சுமதி', 'சநி அனுசுயா!' 'பக்த துக்காராம்' போன்ற வெற்றிப்படங்களைத் தயாரித்து வெளியிட்டோம். சரியான தருணங்களில் சரியான முடிவுகளை எடுக்க வழிகாட்டுகிறார் சாயீசன்.''



''சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும் போதெல்லாம் என் கோரிக்கையை ஏற்றுக் கொள்ளும்படி பிரார்த்தித்தேன். பாதங்களைப் பற்றிக்கொண்டு மன்றாடினேன்.''

''ஒரு சமயம் என் கணவருக்கு உடல்நிலை சரியில்லை. உணவுக் குழாயில் ஏதோ அடைப்பு. எந்த ஆகாரமும் உள்ளே செல்லவில்லை. என் மகன் அமெரிக்காவிலிருந்து, அனுப்பிய பிரத்யேகமான திரவ ஆகாரம் கூட இறங்கவில்லை.

''ஆபரேஷனைத் தவிர வேறு வழியில்லை!'' என்று மருத்துவர்கள் தீர்மானமாகச் சொல்லிவிட்டார்கள். எனக்கு பயமாகி விட்டது. பறந்தேன் பிருந்தாவனத்திற்கு.

பகவானைக் கண்டதும் அழுகை வெடித்தது. நான் கூறுவதற்கு முன்பே, ''கவலைப்படாதே. உன் கணவருக்கு ஆபரேஷன் தேவையில்லை!'' என்று கூறி, கையைச் சுழற்றி ஓர் ஆப்பிளை வரவழைத்தார். இந்தப் பழத்தின் சாறை அவருக்குக் கொடு... குணமாகி விடுவார்'' என்று உறுதியளித்தார்.

போன வேகத்தில் சென்னை திரும்பினேன். பழச்சாற்றை என் கணவருக்கு புகட்டினேன். என்ன ஆச்சரியம்? பழரசம் எளிதாக உள்ளே இறங்கியது. அதற்குப் பின், மருத்துவர்களே வியக்கும் வண்ணம், படிப்படியாக என் கணவர் குணமடைந்தார்.

''இப்படி பக்த ரக்ஷகனாய் எங்களைக் காப்பாற்றிய தருணங்களை அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம். இதயக்கோயிலில் அமர்ந்து கொண்டு, எங்களை வழிநடத்தும் பகவான், சென்னை வந்தால், தங்குவதற்கு ஒரு இல்லம் அமைத்துத் தரவேண்டும் என்று எனக்கு ஆசை.

பகவானிடம் கோயில் கட்டுவதற்கான நிலத்தை அர்ப்பணித்து, அதை ஏற்றுக் கொள்ளச் சொல்லி விண்ணப்பித்தேன். பகவான் நிராகரித்து விட்டார்.

இரண்டு வருடப் பிரார்த்தனைக்குப் பிறகு, ஸ்வாமி அனுமதியளித்தார். 'சுந்தரம்' சென்னையில் பகவான் கோயிலாக உருவானது.

நம் அர்ப்பணங்கள், சுயநலமின்றி, உண்மையான, ஆழ்ந்த அன்பின் அடிப்படையில் வந்திருக்கிறதா என்பதைப் பரிசோதித்த பிறகே பகவான் ஏற்றுக் கொள்கிறார்.

ஸ்வாமியிடம், எனக்கு இன்னும் ஒரு விண்ணப்பம் இருக்கிறது. எத்தனை பிறவி எடுத்தாலும், அவரது பக்தையாகவே நான் பிறக்க வேண்டும்!'' என்று சொல்லி கண்கள் மூடி பிரார்த்தனை செய்தார் அஞ்சலிதேவி.

- அருள் பெருகும்

(அடுத்த இதழில் கள்ளக்குறிச்சி கே. ராஜேந்திரனின் அனுபவங்கள்)


"மணக்காலம் எல்லாமே
ராஜ்மஹால் பட்டோடு"
சுபமுகூர்த்தம்
ராஜ்மஹால்
வெங்கலக்கடைத் தெரு, மதுரை-1.
போன்-4286666
தொட்டுத் தொடரும் ஒரு பட்டுப் பாரம்பரியம்.



✸ சதுர்த்திக்கு வாங்கும் களிமண் பிள்ளையாரை அலங்காரம் செய்வதற்கு வர்ணம், ஜம்கிகளைத் தவிர்த்து, நவதானியங்களைப் பயன்படுத்தலாம். வெள்ளை வேட்டிக்கு அரிசி, மாலைக்கு கோதுமை, கண்ணுக்குப் பயறு, குட்டி பிள்ளையாரென்றால் கொள்ளு, பெரிய பிள்ளையாரென்றால் கறுப்பு மொச்சை என்று நம் கற்பனைக்கு ஏற்ப அலங்கரிக்கலாம். விழா முடிந்து பிள்ளையார் சிலையை நீரில் கரைக்கும் பொழுது நவதானியமும் கரைவது புண்ணியம். நீர்நிலைகள், சுற்றுச்சூழல் கெடுவதில்லை. நவதானியம் நீர் நிலைகளுள் இருக்கும் உயிரினங்களுக்கு உணவாகி நமக்குப் புண்ணியம் சேர்க்கிறது.

✸ வரட்டு அரிசி மாவில் செப்பு செய்கிறீர்களா? தண்ணீர் ஊற்றாமல் தேங்காய்ப் பால் ஊற்றிப் பிசையுங்கள். சுவை, மணம், மென்மை பிள்ளையாரையே அசத்தும்!

✸ எப்படி மேல் மாவு செய்தாலும் அரிசிக்கு 5:1 என்ற விகிதத்தில் மைதாவை சேர்த்துச் செய்தால் மாவு இழுத்த இழுப்புக்கு வரும். விள்ளாது விரியாது.

✸ தேங்காய், பருப்பு என்று விதம் விதமாய் பூரணம் செய்ய முடியவில்லையா? அவலைக் களைந்து வெல்லப் பாகு வைத்துப் புரட்டி எடுத்து, கொழுக்கட்டை செய்யலாம். அவல், பிள்ளையாரின் ஆல்டைம் ஃபேவரிட்!

- பி. மீனாக்ஷி, திருநெல்வேலி

படம் : ஆர். வஸந்தா ராஜகோபால்
கஞ்சன்பாக்

அரிசி வேட்டி, கோதுமை மாலை!



✸ கௌரி - கணேசர் பூஜை



பீடா தந்தேன்... தட்டு வந்தது!

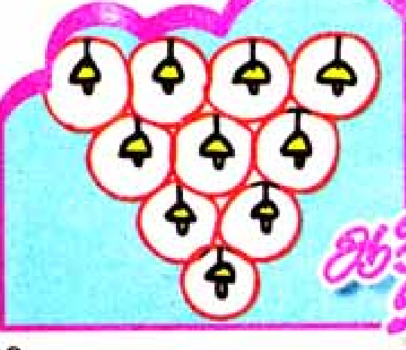
சென்னையில் படித்து வளர்ந்த நான் என் திருமணத்திற்கு பின்பு நாகாலாந்து, மிஸோராம், அகர்தலா திரிபுரா, ஜம்மு - காஷ்மீர் போன்ற பல இடங்களில் என் கணவரின் வேலை நிமித்தமாக வசிக்க நேர்ந்தது. இருந்தாலும் நவராத்திரியில் ஒருநாளாவது என் அக்கம் பக்கத்திலிருப்பவர்களை அழைத்து பீடா ரூபத்தில் 'தாம்பூலம்' தரும் வழக்கம் கொண்டிருந்தேன்.

பீஹாரில் இருந்த சமயம் ஒரு சின்ன ஆசை ஏற்பட்டது. மெல்மோவேரில் கலர் கலராக பூக்கள் போட்ட அழகிய தட்டுக்களில் வெற்றிலைப் பாக்கு, தேங்காய் ரவிக்கைத் துணியும் கொடுத்தேன்.

மறுநாள் காலை சொல்லி வைத்தாற் போல எல்லார் வீட்டு ஆர்டர்லியும் என் வாயிலின் முன் ஆஜரானார்கள். ''மெம் சஹாப், இந்தத் தட்டை தங்களிடம் கொடுத்துவிட்டு வரச் சொன்னார்கள்" என்றனர். தவறு நடந்து விட்டதா என்ற கலக்கத்துடன் எல்லோருக்கும் ஃபோன் செய்து இந்த மெல்மோவேர் தட்டும் உங்களுக்குத்தான்'' என்றேன். அதற்கு அவர்கள் இதிலுள்ள பொருட்களை எடுத்துக் கொண்டு தட்டை திருப்பித் தர வேண்டும்போலும் என்றெண்ணி விட்டோம்'' என்றார்கள்.

வெறும் தட்டைத் திருப்பக் கூடாதே என்று மறுபடி இனிப்பு வைத்து அனுப்பினேன்!

- வசந்தா சுவாமி,
சென்னை - 73.



ஆஹா 50!

உபயோகப்படுத்தாத கோல்டன் கலர் மெட்டல் வளையல்களை ஒன்றோடு ஒன்றாக ஸலோடேப்பினால் இணைத்து பண்ணி அதன் நடுவில் கடைகளில் விற்கும் 'பெல்' வாங்கி மாட்டினால் வால்ஹாங்கர் போலிருக்கும். கொலுவிற்கு மேலே கட்டலாம்.

- எஸ். வசந்தி, தஞ்சாவூர்.



உங்களது குடும்ப
ஷாப்பிங் கொண்டாட்டம்
தொடங்கட்டும்...
69வது
NH
மகத்தான ஆண்டு விழா
விற்பனை
'08 செப்டம்பர்
3 முதல் 14 வரை
30% வரை
தள்ளுபடி
இந்த
விநாயக சதுர்த்தி விழாவை
உங்கள் குடும்பத்துடன்
எங்களுடன் கொண்டாடுங்கள்
ஸ்தாபிதம் 1939
நாயுடு ஹால்
தி ஃபேமிலி ஸ்டோர்
பாண்டி பஜார் - Tel : 2815 2662
அண்ணா நகர் - Tel : 2626 3884
வேளச்சேரி - Tel : 4505 2151
தாம்பரம் - Tel : 4315 9301
முகப்பேர் - Tel : 4355 0151

புக் பேங்க்



பண்டிகை ஸ்பெஷல் (2)

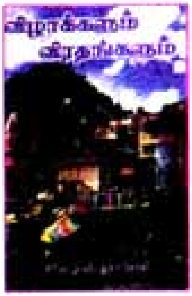
படிக்க... பயன்பெற...

புது வழியைத் தேடுங்கள் - ஜே.பி. வாஸ்வானி தமிழில் சா. ஜெயராஜ் - கண்ணதாசன் பதிப்பகம், சென்னை - 17. விலை ரூ. 50.00



சாது வாஸ்வானியின் வாழ்வியல் - ஆன்மிகச் சிந்தனைகள். மெலிதான நகைச்சுவையோடு வாழ்வியலைச் சிந் திக்க வைக்கும் எழுபத்தைந்து சிறு சிறு கட்டுரைகளின் தொகுப்பு. நல்ல சரளமான தமிழில், படித்து முடிக்கும் நம் சிந்தனை தூய்மை பெறுகிறதே!

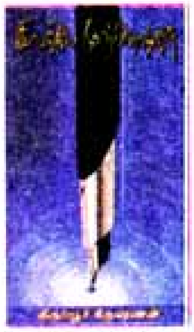
விழாக்களும் விரதங்களும் - சீர்காழி வி. இராம்தாஸ் மணிவாசகர் பதிப்பகம், சென்னை 108 - விலை ரூ. 60.00



தைப்பொங்கல், தைப்பூசம், சங்கடஹரசதுர்த்தி, கிருஷ்ண ஜயந்தி, உட்பட ஹிந்து மதத்தில் கொண்டாடப்படும் முக்கியமான முப்பத்தைந்து நோன்புகள் விரதங்களைப் பற்றி முழு விவரமும் அடங்கிய நூல். ஏராளமான வண்ணப்படங்கள். பரிசளிக்க ஏற்ற பதிப்பு.



சிரிக்கப் பழகு - அனுராதா ரமணன், தங்கத் தாமரை பதிப்பகம், 37, கால்வாய்க் கரை சாலை, அடையாறு, சென்னை - 20. விலை ரூ. 65.00

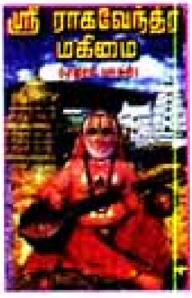


நகைச்சுவை என்று எங்கேயும் தேடியலைந்து தவம் எல்லாம் இருக்க வேண்டாம். அடுக்களையிலேயே அத்தனையும் கிடைக்கிறது அனுராதாரமணனுக்கு. 'சிரிப்புடன்...' என்று ஆசிரியை கையொப்பமிட்டுள்ள சுவாரஸ்யக் களஞ்சியம்!

இலக்கிய முன்னோடிகள் - திருப்பூர் கிருஷ்ணன், திருப்பூர் குமரன் பதிப்பகம், 57-பி, பத்மாவதி நகர், விருகம்பாக் கம், சென்னை - 92. விலை ரூ. 80.00

ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒரு தனித்தனிக் காவியம் எனில் தவறென்ன? அதிலும் எழுத்துலகில் சுடர்விட்ட முப்பத்தொரு பெருமக்களைப் பற்றிய ஆசிரியரின் நினைவுக் குறிப்புக்கள், காவிய ரசனையின் சங்கமம்.

ஸ்ரீராகவேந்திர மகிமை - அம்மன் சத்தியநாதன், அருள்மிகு அம்மன் பதிப்பகம், திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 600 005. ரூ. 150.00



ஸ்ரீராகவேந்திரர் பெருமைகளை ஏற்கெனவே ஆறு பாகங்களில் தந்துள்ள ஆசிரியர் இப் போது ஏழாம் பாகத்தைத் தந்திருக்கிறார். அருமையான கோட்டுப் படங்களுடன் அற்புதமான அனுபவம்.

- வாசகன்



ஆகஸ்டு 08 இதழில் 'தீருமா வேதனை' என்ற தலைப்பில் சென்னை வாசகி ஆர். கௌரியின் குமுறலைப் பிரசுரித்திருந்தோம். அவருக்கும், பொதுவாக நம் அனைவருக்கும் நமது வாசகர்கள் தந்த யோசனைகளில் சில :



வேதனை

தோழி! சிவந்த நிறமுள்ள, மிக அழகான, படித்த, வேலையில் உள்ள... என்றெல்லாம் உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை அடுக்கிக் கொண்டே போகாமல், உங்கள் பையனின் வயது, வேலை, சம்பளம் மற்றும் குடும்ப நிலைக்குத் தகுந்த பெண்ணாய்த் தேடுங்கள். எத்தனையோ பெண்கள் படிப்பு, வேலை எல்லாம் இருந்தும் வசதி குறைவு, சுமார் தோற்றம், சிறு ஊனம் போன்ற காரணங்களால் திருமணம் தள்ளிப் போய் 25 வயதைக் கடந்த நிலையில் இருக்கிறார்கள். அம்மாதிரியான ஒரு பெண்ணை உங்கள் மகனுக்குத் தேர்ந்தெடுத்தால் அவள் உங்கள் பையனை மகிழ்ச்சியோடு ஏற்றுக் கொள்வாள்.

- என். ரங்கநாயகி,
கோவை -25.

சகோதரியே... உங்களுடைய மனக்குமுறலைப் படித்தேன். உங்களுக்கும் உங்கள் மகனுக்கும் பரந்த மனமிருந்தால், கணவனை இழந்த அல்லது விவாகரத்து ஆன நல்ல குடும்பத்துப் பெண்ணை மணமுடிக்கலாமே!

- ராதா நாயகம்,
சென்னை - 87.

பெண் வீட்டார் போடும் நிபந்தனைகளை மட்டுமே எழுதியிருந்தார் சென்னை வாசகி கௌரி. பெண் வீட்டாருக்கு இவர் போடும் நிபந்தனைகளை நாம் அறிந்தால்தான் நல்ல ஆலோசனைகளைக் கூற முடியும். கூட்டுக் குடும்பத்தில் பிறந்த ஏழைப் பெண்ணாகப் பார்க்கவும். அனுசரணையாக இருப்பாள்.

- கே. மகாலெட்சுமி,
திண்டுக்கல் -1.

முதலில் நம் இனம் என்ற எதிர்பார்ப்பை இரண்டாம்பட்சமாக்குங்கள்.



அடுத்து வரதட்சணை இத்யாதிகளுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் தராதீர்கள். உங்கள் மகனுக்கேற்ற பெண்ணாகத் தேடுங்கள். பத்திரிகை மற்றும் மீடியாவின் உதவியையும், திருமண அமைப்பாளர்களின் உதவியையும் நாடலாம்.

தீர யோசனைகள்!

அப்புறம் பாருங்கள், அடுத்த மாத மங்கையர் மலர் வருவதற்குள் உங்களுக்கு நல்ல செய்தி கிடைக்கும்.

- டி. சாந்தி,
அம்மையப்பன்.

சம்பளம் பத்தாயிரத்துக்கு மேல் எனத் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. சம்பளத்தின் உண்மை விவரம் தெரிவிக்கப்படவில்லை. அசையும் மற்றும் அசையாச் சொத்துக்கள் (குறிப்பாக சொந்த வீடு அல்லது ஃப்ளாட்) விவரங்கள் இல்லை. தற்சமயம் நிலவி வரும் விலைவாசி உயர்வில் அத்தொகை, வீட்டு வாடகை செலுத்தவே போதுமானது என்று நன்கு தெரியவரும். தெரிவிக்கப்பட்ட நிபந்தனைகள் குறிப்பாக உயரம் பற்றிய தகவல்கள் மிகவும் மிகைப்படுத்தப் பட்டுள்ளன. குட்டை மாமா - நெட்டை மாமி கடந்த காலத் தில் சகஜம். தற்காலத்தில் அவ்வாறு காண முடியுமா?

- ஆர். பாலசுப்ரமணியன்,
சென்னை - 28.

சுய முன்னேற்றத் தொடர்

பெண்ணே,



சுகிசிவம்

மாமியார் - மருமகள் உறவு பற்றிச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன். ஞாபக மிருக்கா? புதுவரவான மருமகள், மாமியாரின் அதிகார எல்லைக்குள் உட்படும்போது, அவளிடம் தனது குணக்கேடான உணர்ச்சிகளை மாமியார் காட்டத் தொடங்குகிறார். அந்த அதிகாரத்தையும், மாமியார் ஏன் கொஞ்சம் கடுமையாகக் காட்டுகிறார் என்று கேட்கிறீர்கள் இல் லையா...? இதோ விளக்கு கிறேன்.

ஓர் ஆண், முழு ஆண் அல்ல. ஒரு பெண், முழு பெண் அல்ல. இருவரும் கூட்டுக் கலவையே. பெண்ணில் ஆண்மை பதுங்கி நிற்கிறது. ஹார் மோன்களின் சூழ்ச்சியால் பிறவியில் நிர்ணயமான பெண்மை, நாற்பது நாற் பத்தைந்து வயது வரை அவ ளைப் பெண்ணாக உணரச் செய்கிறது. கொஞ்ச காலத் தில் அவளுக்குள் இருக்கும் கையிருப்பான பெண்மை செலவாணி ஆகிவிடுகிறது. புதிய பெண்மைச் சுரப்புகள் உடலில் இல்லை. அவை வற்றிவிட்டன. அவளுக்குள் இருக்கும் பெண்மைத்தன்மை செலவாணி ஆகிவிட்டதால், எஞ்சிய வாழ்க்கைக் கான சக்தியை அவள் எங்கிருந்து பெறுவாள்? அவ ளுக்குள் புதையுண்டு கிடக்கும் ஆண்மையில் இருந்து அவள் சக்தி பெறத் தொடங்குகிறாள். செயல் புரிகிறாள். வயதாக வயதாக ஓர் ஆண் போலவே சில பெண்கள் செயல் படுகிற காரணம்



இதுதான். அவனுள் இருக்கும் ஆண்மை விழித்துக் கொள்கிறது. முகம் மென்மை இழக்கும். உடல் நளினம் இழக்கத் தொடங்கும். குரலில் கூட கரகரப்புக் கூடும். இந்த மாற்றத்தை உதடுகளின் ஓரத்திலிருந்து ஒன்றிரண்டு ரோமங்கள் (சில பெண்களுக்கு) ஆச்சர்யத்துடன் எட்டிப் பார்க்கும்.

இதே போல ஆண்களில் சிலர் வயதாக வயதாக மெல்ல மெல்ல பெண்மை அடைகிறார்கள். உடலில் மினுமினுப்பும் மென்மையும் தலை எடுக்கும். சில சிறிய கோடுகள் முகத்திலும் உடம்பிலும் தோன்றி அழகான வளைவுகளாக அவர்களிடம் வெளிப்படும். மகாத்மாகாந்தி இளமையில் அங்கமாகவும் முதுமையில் அழகாகவும் இருந்தார் என்பதை நீங்கள் கவனித்தது உண்டா? ஒரு சில ஆண்களுக்கு வயதாகும் போது குரலில் பெண்மை தட்

நீ வாழ்க!



14

டும்... கேட்டது உண்டா? காரணம் இவ்வளவுதான். கையிருப்பான ஆண்மை காலாவதியாகி விட்டது. புதிய உற்பத்தியும் கிடையாது. எனவே மறைத்து வைக்கப்பட்டிருந்த பெண்மை

வாசல் திறக்கிறது. அந்தப் பெண்மையில் இருந்து சக்தி உறிஞ்சப்பட்டு, அவர்கள் பெண்மை நயத்துடன் செயல்படுகிறார்கள். இப்படி பெண் ஆணாகவும், ஆண் பெண்ணாகவும் செயல்



மாமியாரின் அருமை தெரிந்த மருமகள் இன்று

படத் தொடங்கும்போது குழப்பமும், தடுமாற்றமும், பயமும், கோபமும் ஏமாற்றத்தால் விளைவது இயற்கைதானே. இது இயற்கையின் அதிசய விளையாட்டு. இதைப் புரிந்து கொள்ளும் துணிவும், தெளிவும் நமக்கு அவசியம். menopause என்பது பெண்ணுக்கு மட்டுமல்ல, ஆணுக்கும் உண்டு என்பது அண்மைக்கால அறிவிப்பு. இந்த ரசாயன மாற்றத்தால் தடுமாறுவதால்தான் வயது ஏற ஏற, கணவன், மனைவிக்குள்ளும் சண்டை அதிகமாகிறது. இவற்றைக் கணவனும் மனைவியும், மாமியும் மருமகளும் தெரிந்துகொண்டால் பிரச்னைகள் ஓரளவு குறையும்.

முல்லா கதைகளில் ஓர் அழகான கதை. முல்லா, சில சமயங்களில் முரடாக, மூர்க்கமாக நடந்துகொள்வதையும், சில சமயங்களில் அதிக மென்மையுடன் நடந்துகொள்வதையும் கண்டு அவர் மனைவி குழம்பிப் போய், ''உங்களை என்னால் புரிந்துகொள்ளவே முடியவில்லை. சில நேரங்களில் முரட்டு ஆண் போல் நடக்கிறீர்கள். சில சமயம் மென்மையாக பெண் போல் நடக்கிறீர்கள்... ஏன் இப்படி?'' என்றாள்.

வருத்தத்துடன் முகத்தை வைத்துக் கொண்டு முல்லா சொன்னார். ''ஆம்... நீ சொல்வது சரிதான்... நான் இப்படி இருப்பதற்குக் காரணம் என் பெற்றோர்கள்... அவர்களது பெற்றோர்கள்... என் மூதாதையர்களில் பாதிப் பேர் ஆண்கள்... பாதிப் பேர் பெண்கள்... நான் என்ன செய்ய? எல்லோருமே ஆண்களாக இருந்திருந்தால் இந்தக் குழப்பம் வந்திருக்காது'' என்றார்.

இப்போது மாமி Vs மருமகள் விளையாட்டுக்குத் திரும்புவோம். மாமியார் தன் கைவசம் இருந்த பெண்மை இருப்பைத் தொலைத்துவிட்டு, ஆண்மையில் அடியெடுத்து வைக்கும் வேளையில்தான்... மருமகள் அந்த வீட்டுக்குள் அடியெடுத்து வைக்கின்றாள். கவனம். ஆண் எப்போதுமே அடக்குமுறையாளன். ஆக்கிரமிப்பு உணர்வுடையவன். சுயம் என்று தன்னை மையப்படுத்தியே சிந்திப்ப

வன். கடந்த நாலாயிரம் ஆண்டுகளாகப் போர்கள் செய்து உலகத்தையே சுடுகாடாக்கிய பிறகும் ஆணின் மூர்க்கத்தனமான போர் வெறி இன்னும் குறையவே இல்லை. அவனுக்கு வயற்பரப்புகளைக் குறைத்து விட்டு போர்க்களங்களை அதிகப்படுத்தும் வெறி தணிவதே இல்லை. ஆண் எப்போதும் சண்டையை விரும்புகிறான். ஒரு பெண் எப்போதாவது சண்டை இடுகிறாள். கவனம்... அப்போதும் அவளுக்குள் இருக்கும் ஆண்மைதான் சண்டைக்கான மூல காரணம் என்று அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

தொலைக்காட்சிப் பெட்டிக்குள் தொலைந்து போகும் அபலைகளுக்கு என் அன்பான வேண்டுகோள். நமது தொடர்கதைகளும், தொலைக் காட்சிகளும் இந்த மாமி Vs மருமகள் போரை நேரடி ஒளிபரப்பு செய்யத்தான் விரும்புகின்றனவே ஒழிய இந்த முட்டாள் பகையை முறியடிக்க முயற்சி செய்வதில்லையே. இதற்கு ஒரே வழி... ஒரே தீர்வு...

எங்கே இருக்கிறார் தெரியுமோ?

எல்லை தெரிந்தால் தொல்லை இல்லை!

ஒரு பெரிய பதவியிலிருந்த மனிதரிடம் ஒரு விநோதமான கேள்வி கேட்கப்பட்டது. ''மாலை நீங்கள் அலுவலகத்திலிருந்து வீடு திரும்பும் சமயம் உங்கள் வீட்டில் ஒரே ரகளை, சண்டை. உங்கள் அம்மா ஒரு பக்கம், மனைவி இன்னொரு பக்கம்... அப்போது நீங்கள் எந்தப் பக்கம்?''

''நான் வாசல் பக்கம்...''

''ஆம், வாசல் பக்கமே நின்றுவிட வேண்டியதுதான். சண்டை முடிந்த பிறகுதான் கிருஹப் பிரவேசம். யாரை நாம் Support பண்ண முடியும் சொல்லுங்கள்'' என் றார். இது வேடிக்கை அல்ல... பழங் கதை அல்ல... நகர்ப்புறங்களில் இட நெருக்கடி, அக்கம்பக்கம் என்று ஆயிரம் காரணங்களால் மாமி, மருமகள் கொஞ்சம் அடக்கி வாசிக்கிறார்கள். கிராமங்களில் பண்டைய மண் மணம் வீசும் சண்டைகளுக்குப் பஞ்சமே இல்லை.

மாமியாரின் அருமை தெரிந்த மருமகள் இன்று எங்கே இருக்கிறார் தெரியுமோ? அமெரிக்காவில் இருக்கிறார்கள். ஆசை ஆசையாக மாமியாரை வரச் சொல்லி அன்பொழுக உபசரித்து பாரத பண்பாட்டைப் பாதுகாக்கும் பாவையர் வாழிடம் அமெரிக்காதான். முக்கிய காரணம்... கணவனும் மனைவியும் வேலைக்குப் போகும் நாட்டில் பெற்ற குழந்தையை இலவசமாக அதுவும் மிகமிக அன்பாக அக்கறையாகப் பார்த்துக் கொள்ளும் மாமியார் கிடைத்தால் எவ்வளவு சௌகரியம்..? கொஞ்சம் சிரிப்பதற்காகச் சொன்னேன்... கோபப்படாதீர்கள்.

பழைய காலத்து மாமி மருமகள் மோதல்களுக்குப் பாதுகாப்பு பற்றிய பயம் முக்கிய காரணமாக இருந்தது. நானா? நீயா? என்ற ஆதிக்கப் போட்டியும் மூலகாரணமாக இருந்தது. ஆனால் இப்போது உள்ள மாமியார் - மருமகள் சண்டைக்கு இவை தவிர பல்வேறு காரணங்கள் உள்ளன. அதில் முக்கியமானது என்ன தெரியுமா?

அடுத்த இதழில் சொல்கிறேன்...

(தொடரும்)

எடை குறைந்து, உடல்வாகு சீராகும் அழகு கூடும்!

மதுமதிக்கு சுமார் 35 வயது. மிகவும் பருமனான உடல்வாகு. 'ஷேப்' சுத்தமாகக் கிடையாது. கணவருக்கு ஒரே வெறுப்பு. அவளை வெளியே அழைத்துப் போகமாட்டார். கூட வரமாட்டார். யாருக்கும் அவளை அறிமுகப்படுத்தமாட்டார்.

மதுமதி ரிஷிதாவிடம் வந்து மனம்விட்டு அழுதார். வாழவே பிடிக்கவில்லை என்று புலம்பினார். ரிஷிதா அவருக்கு மன உறுதியோடு வாழ வேண்டும் என்று தெம்பு கொடுத்தார். அன்போடும் ஆதரவோடும் பேசினார்.



உடல் எடையைக் குறைக்க, சிகிச்சை தொடங்கினார் ரிஷிதா. முதல் பாக்கேஜில் புசுபுசுவென்று பூரித்திருந்த முகம் சதை குறைந்து அழகாயிற்று. கண்களுக்குக் கீழே இருந்த கருவளையங்களை நீக்கினார். தாடையில் 'டபிள் சின்' போயிற்று. முகம் இன்னும் அழகாயிற்று. 28 சிட்டிங்குகளில் 32 கிலோ எடை குறைந்தது. ஆக, உடல்வாகு அழகாயிற்று. மதுமதியின் கணவர் மகிழ்ந்து போனார். ரிஷிதாவை மனமாரப் பாராட்டினார்.

ரேகாவுக்கு 30 வயது. திருமணம் ஆகவில்லை. காரணம், அவள் அசாத்திய பருமன். குண்டான உடல் அமைப்பு. பெண் பார்க்க வருகிற பையன்கள் வேண்டாம் என்று நிராகரித்தார்கள். உடல் நலமில்லாத அவள் பெற்றோர், வயதான காலத்தில் ரிஷிதாவிடம் வந்து தங்கள் கஷ்டத்தை சொல்லி அழுதே விட்டார்கள். ரிஷிதா இதை ஒரு சவாலாக எடுத்துக் கொண்டாள்.

ரேகாவுக்கு உற்சாகம் அளிக்கும் வகையில் நிறைய ஆறுதல் சொல்லி தைரியம் கொடுத்தாள். எடை குறைப்பு செய்யத் தொடங்கினாள். 2[illegible] சிட்டிங்குகளில் 2[illegible] கிலோ எடை குறைந்தது. ரேகாவின் உருவமே அழகாக மாறிப் போயிற்று.

நல்ல இடத்தில் திருமணம் ஆயிற்று ரேகாவுக்கு. திருமண வரவேற்புக்குப் போன ரிஷிதாவை 'உன்னால்தான் ரேகாவுக்குத் திருமணமே நடந்தது!' என்று நன்றியோடு கூறி உபசரித்தார்கள் மகிழ்ச்சியைத் தெரிவித்துக் கொண்டார்கள்.

அதற்குப் பிறகு எடை கூடாமல் இருக்க 'ஸ்லிம்கேரில்' கற்றுக் கொண்டார் ரேகா.

விஜயகுமாரி பெரிய நிறுவனம் ஒன்றில் உயர் அதிகாரி. ஒரே குண்டாக இருப்பாள். ஆண் - பெண் ஊழியர்களைத் தாண்டிப் போகும் போது



அவர்கள் தன்னைப் பற்றித்தான் பேசுகிறார்கள் என்று நினைப்பாள். எதிலும் அவளுக்கு விருப்பமில்லை. புதுப்புடவை கட்டவோ, அலங்கரித்துக் கொள்ளவோ துளியும் ஆசையே கிடையாது. வேறு பல சென்டர்களில் போய் எடையைக் குறைத்துக் கொண்டு வந்தாலும், பிறகு எடை இரண்டு மடங்காயிற்று. ரிஷிதா அளித்த எடை குறைப்புச் சிகிச்சையில் விஜயகுமாரிக்கு அழகான முகமும், அழகான உடல்வாகும் கிடைத்தது!

''உடம்பு குண்டாவதற்குப் பல காரணங்கள். சிலருக்குப் பரம்பரையாக வரும். சிலருக்கு ஹார்மோன்கள் சீராக இல்லாமல் இருக்கும். சிலருக்கு உணவு காரணம். உங்கள் வேலை, தூக்கமின்மை, மனத்தில் ஏற்படும் டென்ஷன், டிப்ரஷன் எல்லாம்கூட உடல் எடையை அதிகமாக்கும். நாளாக நாளாக அதிகரித்து உடல் பருத்துவிடும். அதேபோல எடை குறைப்பும் படிப்படியாகத்தான் ஆகும்!'' என்கிறார் 'ஸ்லிம் கேர்' ரிஷிதா.

''எங்களிடம் டாக்டர்கள், சைக்காலஜிஸ்ட்டுகள், பிஸியோதெரபிஸ்ட்டுகள், டயட்டீஷியன்கள், கவுன்சலிங் அளிப்பவர்கள் எல்லோரும் இருக்கிறார்கள். எடை குறைக்க வருபவர், முழுதாக ஒத்துழைத்தால் போதும். அன்போடு பேசி, தெம்பு அளித்து, உற்சாகம் ஊட்டி, எடையைக் குறைத்து, உடல் வாகைச் சீராக்கிவிடுகிறோம்!'' என்கிறார்.

எடை குறைக்க வருபவர்களை, பட்டினி கிடக்கச் சொல்வதில்லை. உணவிலும், உணவுப் பழக்கங்களிலும் சில மாற்றங்களைச் செய்கிறார். பிராணாயாமம் கற்றுத் தருகிறார்.

''நம் உடலில் சில பகுதிகளில் மட்டும்தான் கொழுப்பு சேர்ந்து போகிறது. எடை குறைப்பதற்கான பிரத்தியேகக் கருவிகளை, கொழுப்பு தங்கும் பகுதிகளில் பயன்படுத்தி, தேவைக்கு ஏற்றவாறு இளைக்க வைக்கலாம். வயதானவர்களுக்கும், மூட்டுவலி உள்ளவர்களுக்கும் நடப்பதும், ஜாகிங் போவதும் சிரமமானது. அவர்களுக்கு இந்தக் கருவிகள் மிகுந்த பயன் தரும்.

''அதேபோல கழுத்துப் பகுதியில் அதிகப்படி சதையோடு இருக்கும் 'டபுள் சின்' சிகிச்சைக்கு 'ஃபேஸ் லிஃப்ட்' என்போம். கண்களைச் சுற்றி உள்ள கருவளையங்கள் மறைந்து போகும். முகத்தில் ரத்த ஓட்டம் சீராகி, முகம் புதுப் பொலிவு பெறும். இளமை பளிச்சென்று தெரியும்!'' என்று விளக்குகிறார் ரிஷிதா.

உடல் இளைக்க மருந்துகள் தருவதில்லை. உடலின் உள்ளே சிகிச்சை எதும் கிடையாது. எனவே பக்கவிளைவுகள் இல்லை. ஸ்லிம் அன்ட் கேர் பெண்களுக்கு மட்டுமே என்பது இன்னொரு சிறப்பு. ''நான் செய்வது எல்லாமே கடவுள் அருள்தான்'' என்கிறார் ரிஷிதா.

SLIM CAARE

1-D, I Floor, Hillcrest Apartment,
(opp: Natesan Park),
14/56, Venkatnarayana Road,
T.Nagar, Chennai-600 017.
Ph: 044-24332838
Cell: 9444413224

சாஸ்திரம்

கொலுப்படி

ஸ்ரீ அம்பாளின் பாதார விந்தங்களை அடைய ஒன்பது படிகளைக் கடக்க வேண்டும் என்று சாஸ்த்திரங்கள் கூறுகின்றன. அதுதான் நவராத்திரியின் தத்துவமாகும். ஆரம்ப நாட்களில் ஒன்பது கொலுப்படிகள் வைத்திருந்ததின் தாத்பர்யமும் அதுதான்.



தாத்பரியம்!



நம்மை மேம்படுத்திக் கொள்ள நாம் அமைத்துக் கொள்ள வேண்டிய ஒன்பது பக்குவங்களாவன :

1. விவேகம் : நல்லது, கெட்டது என்று பிரித்துப் பார்த்து அறிந்து கொள்ளும் மனோபாவம்.

2. நிர்வேதம் : எதிலுமே ஒரு சலிப்பு கொள்வதைத் தவிர்த்தல்.

3. விரக்தி : பகவானை அறிந்து கொள்ள முடியவில்லையே என்கிற தாபத்தை அதிகரித்துக் கொள்ளல்.

4. பீதி : பகவானை அடைய இது கூடாது அது கூடாது என்று கூறுவதால் ஏற்படும் விரோதத் தன்மையை விடுதல்

5. ப்ரசாதஹேது : பகவானை அடைய நாம் கடைபிடிக்க வேண்டிய நல்லொழுக்கம், நல்ல எண்ணங்களை வளர்த்துக் கொள்ளுதல்.

6. உத்கிரமணம் : நல்வழிகளில் மட்டுமே நம்மை மேம்படுத்திக் கொள்ளல்.

7. அர்ச்சிராதி மார்க்கம் : சாதாரண பக்தி இருப்பவர்கள் ரூப தியானம் செய்யல்.

8. திவ்யதேச தரிசனம் : அம்பாளைப் பிரார்த்திக்கும் பொழுது ஐம்பத்தியொரு சக்தி பீடங்கள் பார்த்தல்.

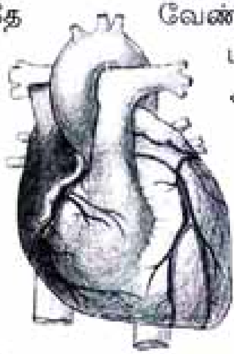
9. ப்ராப்தி : பகவத் அனுபவம் என்று சொல்லப்படும். 'சோபான பதவி' அதாவது எல்லாவற்றையும் கடந்து அம்பாளை அடையும் பதவி.

முதல் படியைக் கடப்பதுதான் மிகவும் சிரமமான காரியம். அதைப் புரிந்து கொண்டால் இதரப் படிகளை அதாவது பக்குவங்களை சுலபமாக கடந்து விடலாம். அதற்குண்டான மனோபக்குவத்தையும், பலத்தையும் கருணாமூர்த்தியான ஆதிபராசக்தி அருள பிரார்த்திப்போம்.

– எஸ். காருண்யா, வேளச்சேரி.

உங்கள் டாக்டர் உங்கள் நலம்

பொதுவான மருத்துவப் பரிசோதனைகள்நம் உடலில்தோன்றும் ஆரம்ப அறிகுறிகளிலிருந்தே தொடங்குகிறது. உடல்வலி, அழுத்தம், இறுக்கம் போன்றவை மூலம் நம் உடல் நலமின்மையை நமக்கு உணர்த்துகிறது. இந்த ஆரம்ப அறிகுறிகள் நோயின் தன்மையைப் பொறுத்து ஒவ்வொருவருக்கும் மாறுபடுகிறது.



உதாரணமாக ஒருவருக்கு கடினமான நெஞ்சு வலியிருக்கும் ஆனால் அவருக்கு பெரிதாக ஒன்றும் இருக்காது. ஒரு சிலருக்கு லேசான வலி இருக்கும். ஆனால் அவருக்கு நோயின்தீவிரம்அதிகமாகஇருக்கும். அதனால் ஒருவரின் வலியைப் பொருத்து நோயின் தீவிரத்தை கணிக்க முடியாது.

எனவே மருத்துவப் பரிசோதனையின் போது உங்களுக்குத் தோன்றும் அறிகுறிகளை மிகத் துல்லியமாக மருத்துவரிடம் கூற வேண்டும். அதாவது வலி உங்கள் உடல் உறுப்புகளில் எங்கிருந்து ஆரம்பமாகிறது? அது மற்ற பாகங்களுக்கு பரவுகிறதா? (அ) குறிப்பிட்ட பாகத்தில் மட்டுமே உள்ளதா ஒய்வின் போது வலி குறைகிறதா இரவு பகல் வேளைகளில் எப்போது அதிகமாக உள்ளது என்பதைத் தெளிவாக கூற வேண்டும். குறிப்பாக ஒவ்வொரு மாரடைப்புநோயும்மாறுபட்ட அறிகுறிகளையுடையது.

மாரடைப்பு ஏற்பட்டுள்ளது என்பதை எப்படி அறிவது?

மயோகார்டியல் இன்பாக்ஷன் (மாரடைப்பு) – என்பது இருதயத் தசைகள் இறந்து சிதைவுறுதல் ஆகும். இருதயத் தசைகளுக்குத் தேவையான ஆக்ஸிஜன் கிடைக்கப் பெறாததால் பின்வரும் அறிகுறிகள் தோன்றும்.

1. நெஞ்சுப் பகுதியில் அழுத்தம் அதிக மாவது.
2. அதிக வியர்வை
3. நெஞ்சு இறுக்கம்
4. மூச்சுத் திணறல்
5. இடது தோள்பட்டை, கைகள், தாடை மற்றும் பற்களில் கூட வலி பரவுதல்.

ஆண்களுக்குப் பொதுவாக நெஞ்சுப் பகுதியில் அழுத்தம் அதிகமாவது போல் தோன்றும். பெண்களுக்கு நெஞ்சு எரிச்சலும், மூச்சுத் திணறல், மேல் வயிறு எரிச்சல் தோன்றி வாந்தி, உமட்டலுடன் அதிக வியர்வை தோன்றும்.

ஆஞ்சைனா பெக்டோரிஸ் :



Dr. அயாஸ் அக்பர்

இதயத் தமனி நோய் - இருதயத் தசைகளுக்கு தேவையான ஆக்ஸிஜன் கிடைக்கப் பெறாததால் நிகழ்கிறது. அதிகவேலை, மன அழுத்தம் மன அதிர்ச்சியின் போது பெரும்பாலானவர்க்கு – லேசான நெஞ்சுவலி, மூச்சுத் திணறல், நெஞ்சு இறுக்கம் தோன்றி பிரச்னை முடிந்ததும் சரியாகிவிடும்.

வாசோ ஸ்பாஸ்டிக் ஆஞ்சினா – என்பது இருதயத் தசைகளுக்கு செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தில் தடை ஏற்படுவதால் தோன்றும். இதனால் இரவு நேரங்களில் இருதயம் படபடப்புடன் இயங்குவதால் தூக்க மின்மை ஏற்படுகிறது. உங்கள் அறிகுறி களைத் தெளிவாகக் கேட்டபின் மருத்துவர் மேலும் சில உடல் பரிசோதனைகள் செய்து நோயின் விவரங்களை அறிவார். அவையாவன :

1. நகங்கள், நாக்கு போன்றவற்றில் ஆக்ஸிஜன் குறைவால் நீலம் பாய்ந்திருக்கிறதா?
2. கை, கணுக்கால்களில் வீக்கம் உள்ளதா?
3. நாடித்துடிப்பு சரியாக உள்ளதா? போன்றவை பார்ப்பார். மேலும்
4. இதயத்துடிப்பின் பரிசோதனை: ஸ்டெதஸ்கோப்பின் மூலம் இதயத் துடிப்பின் வேகம், எண்ணிக்கை விகிதம், இடைவெளி போன்றவற்றை மிகத்துல்லியமாக கணிப்பதன் மூலம் ஓரளவு பாதிப்பினை அறியமுடியும்.
5. மர்மர் **(Murmer)** ஆரோக்கியமான இருதயத்தில் மிகச்சீரான இரத்த ஓட்டம் இருக்கும். பாதிக்கப்பட்ட இதயத்தில் இரத்த ஓட்டத்தடை இருப்பதால் இரத்தக் குழாய் சுருங்கி இரத்த ஓட்டத்தில் இரைச்சல் கேட்கும்.

இவை தவிர மேலும் சில மருத்துவப் பரிசோதனைகள் செய்ய வேண்டி வரும். இவற்றை ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனையில் வலியில்லாமல், துளைக்காமல் செய்யப்படுகிறது. எக்கோ, **3DCCG** (ஆஞ்சியோ கார்ட்டோகிராம்) ஸ்பிக்மோகார் **Sphygmocor** போன்ற பரிசோதனை களுக்கு மருத்துவ மனையில் தங்க வேண்டிய அவசிய மில்லை. வருமுன் காக்க பரிசோதித்துக் கொண்டால் நோயின் தீவிரத்தை கட்டுப்படுத்தலாம். மேலும் விவரங்களுக்கு அணுக வேண்டிய முகவரி :



அனுஷா நடராஜன்

மு. வேங்கடலட்சுமி, தஞ்சை - 2.

எங்கெங்கோ பிறக்கும் ஆணும், பெண்ணும், திருமணம் ஆனதும் கணவன் - மனைவி என ஒன்றாகி விடுகிறார்களே...? அப்புறம் என்ன தகராறு?

அது எந்த ஒருவர் என்பதில் தான்!

பி. பத்மஷீலா, சென்னை - 42.

வேலைக்குச் செல்லும் பெண்கள், வீட்டில் ஏதாவது எதிர்த்துப் பேசினால், 'உனக்கு வேலைக்குப் போகிறோம் என்ற திமிர்' என்கிறார்களே... இதைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறீங்க?

வீட்டில் இருக்கும் பெண்கள், ஏதாவது எதிர்த்துப் பேசினால் சடத்தான், ''வீட்டுல உட்கார்ந்து சாப்பிட்டுச் சாப்பிட்டு உனக்கு வாய்க் கொழுப்பு ஜாஸ்தி ஆயிடுச்சு'' என்கிறார்கள்... அதைப் பற்றியெல்லாம் பெரிசாக யோசிக்காமல், உங்க வேலையைப் பாருங்க ஷீலா!

சாந்தி சரவணன், கடலூர் - 2.

'சிதம்பரம்' என்றதும் உங்கள் நினைவுக்கு வருவது எது?

என்னுடைய முதல் பள்ளிச் சுற்றுலா தான்!

''கிழக்குக் கோபுர வாஷல் வழியாக மாணிக்கவாசகரும், மேற்கு கோபுர வாஷல் வழியாக திருநாவுக்கரசரும், வடக்குக் கோபுர வாஷல் வழியாக சுந்தாரும், தெற்கு கோபுர வாஷல் வழியாக திருஞானசம்பந்தரும் சென்று நடராஜ பெருமானை வழிபட்டார்கள்'' என்று தமிழ் அய்யா வெற்றிலை குதப்பியபடியே சொன்னதும்,

''இப்ப நாம்ப எந்த வாஷல் வழியா போகணும் ஐயா?'' என்று கேட்டு



'சிதம்பரம்'
என்றதும் உங்கள் நினைவுக்கு வருவது?

தலையில் 'ணங்' என்று குட்டு வாங்கியதை மறக்க முடியுமா?



பூமா ராகவன், பெங்களூரு.

சமீபத்தில் உங்களைப் பதறவைத்த செய்தி எது?

ஆந்திர மாநிலம் ஓங்கோலைச் சேர்ந்தவர் கார்த்தியாயினி. இவரது எட்டு மாதக் குழந்தை, கோவர்த்தன ப்ரியா. திடீரென்று குழந்தைக்கு கடுமையான காய்ச்சல் மற்றும் மூச்சுத்திணறல். என்னென்னவோ வைத்தியம் செய்தும் குண மாகாத நிலையில், 'ஸ்கேன்' எடுத்துப் பார்த்திருக்கிறார்கள். அப்போது குழந்தையின் உணவுப் பையில் 'சேஃப்டிபின்' ஒன்று திறந்த நிலையில் இருந்தது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இத னால் இருதயத்தைச் சுற்றி சீழ்புண் ஏற்பட்டு, இதயத்தின் இயக்கம் பாதிப்படைந்திருந் தது. அப்புறம் என்ன..? அவசர சிகிச்சை செய்து, மரணப்பிடி யிலிருந்த குழந்தையைக் காப் பாற்றியுள்ளனர்.

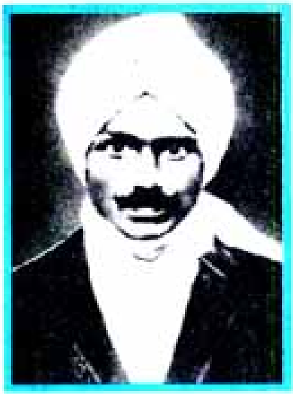
அந்த 'சேஃப்டி பின்' எப்படி வயிற்றுக்குள் போனது? வேறெப்படி? குழந்தையின் தாய், தாய்ப்பால் கொடுக் கும்போது, தாலி செயினில்



மாட்டியிருந்த ஊசிக்கு, குழந்தையின் வயிற்றுக்குள் சென்று விட்டதாம்!

ஆர். பிருந்தாரமணி, மதுரை - 20.

? பிறர் நம்மீது உண்மையிலேயே அன்பு வைத்திருக்கிறார்களா இல்லையா என்பதை எப்படிக் கண்டுபிடிப்பது?



'கோலங்கள்', 'அரசி' 'கஸ்தூரி' போன்ற வருடாந்திர தொடர்கள் டீ.வி.யில் ஒளிபரப்பாகும் சமயத்தில் அவர்கள் வீட்டுக்கு பத்து நிமிஷம் விஜயம் செய்து பாருங்கள்! 'டீ.வி.யை 'டக்' என்று அணைத்து விட்டால் நம்மீது உண்மையிலேயே அன்பு வைத்திருக்கிறார்கள் என்று அர்த்தம்!

ஆர். விஜயலக்ஷ்மி, சென்னை - 17.

நான்பூரா உழைக்கும் உங்களுக்கு எங்கேயாவது ஹாய்யாகப் போகலாமா என்று தோன்றுமா?

தினமுமே தோன்றும்... வீட்டுக்கு!

பி. சியாமளா, திருச்சி - 26.

தன் மகனுக்குப் பிறந்த பேத்தியை, மாமனார் - மாமியார் பார்க்கக் கூடாது என 'தடா' போடும் மருமகளைப் பற்றி என்ன நினைப்பது? (உங்களை, உங்கள் மருமகள் சொல்வதாக நினைத்துக் கொண்டு பதில் தரவும்).

என்னை, என் மருமகள் சொல்வதாக நினைக்காவிட்டாலுமே, அந்த வலி தெரியும்! தாய்ப்பாசம் சம்பந்தப்பட்ட எந்தப் பிரச்னைக்குமே யாருமே எந்த ஆலோசனையும் தர முடியாது. ஏனென்றால், அன்னை என்பவள் ஓர் உணர்ச்சிப் பிழம்பு! அன்புப் பிரவாகம்! உங்கள் மருமகளும், நாளைக்கு ஒரு மாமியார் ஆகும்போது, அவருக்கும் இதே வலியின் கடுமை தெரியும்! சம்பந்தப்பட்டவருக்கு ஆழ்ந்த அனுதாபங்களைத் தெரிவிப்பதை விட நான் என்ன சொல்ல?

ஆர். வேணுநாயகம், திருப்பத்தூர் - 2.

'குசேலன்' பார்த்தாச்சா?

பார்த்தவர்கள், தடுத்துவிட்டார்கள்!

ஆர்.வி. கிருஷ்ணமூர்த்தி, மதுரை - 2.

பாரதி இருந்திருந்தால், புதுமைப் பெண்களைப் போற்றியிருப்பாரா?

போற்றியிருப்பார். கூடவே ஆத்திசூடியை பெண்களுக்கென புதுசாக மாற்றியிருப்பார்! அல்சர் தவிர், ஆன்மிகம் நன்று, இளமையைப் பேண், ஈ-பிசினெஸ் செய், உறுப்புகள் மறை, ஊர்தி ஓட்டு, எச்சரிக்கையாய் இரு, ஏமாற்றாதே, ஐஸுக்கு மயங்காதே!, ஒட்டியபடி சுற்றாதே, ஓவர் மேக்-அப் கூடாது, ஔவை போல் அறிவு கொள்... இப்படி...!

எஸ். குலசேகரன், நவிமும்பை.

நேரத்தையும், பணத்தையும் விரயமாக்கிடும் இவ்வளவு பூஜை, பண்டிகைகள் தேவையா?

பண்டிகைகளும், விழாக்களும் பல முறை நோக்கங்களுடன் ஏற்படுத்தப்பட்டவை. தனி வழிபாட்டு முறையில் மனம் கனிகிறது. பக்குவப்படுகிறது. கூட்டு வழிபாட்டு முறையில் ஒருமைப்பாடு வளர்கிறது. அன்பால் செய்தாலும், ஆகமவிதிப்படி செய்தாலும், பூஜைகளும் பண்டிகைகளும் மேன்மையே தருகின்றன. அதை, எப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்பது மட்டும் அவரவர் இஷ்டம்! இன்னொரு விஷயம்... நமது பாரத கலாசாரத்தின் சிறப்பே விழாக்களும் பண்டிகைகளும்தான்! அவற்றை விலக்கி விட்டுப் பார்த்தால் இந்தியாவில் குறிப்பிடும்படியாக ஒன்றும் இருக்காது!



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை -63. போன்: 22760612.
City Office : No 7, முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 600 033 போன் 23714942.

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 19 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன் நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு, நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் **பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர்** ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு.

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள் தொழில், வியாபாரம் தொடங்கிய நாள் மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை **ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்** என்ற பெயருக்கு Cheque / D.D / M.O மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர் நல்லாசியுடன்
நிர்வாகம்



ஆஹா 50!

ஒற்றை ரூபாயில் சுபம்!

மனக்கவலையாக இருந்தாலும், சஞ்சலமாக இருந்தாலும் பிள்ளையாரிடம் 1 ரூபாய் வைத்து வேண்டிக் கொண்டால் நல்ல படியா முடியும். அதே போல, நாராயணீயம் ஸ்லோக புத்தகத்தில் 26வது தசகம் 'கஜேந்திர மோட்சம்'. இதைத் தினமும் படித்து வந்தால் எதையும் தாங்கும் மனவலிமை, தன்னம்பிக்கை கிடைக்கும். இது என் அநுபவத்தில் நான் கண்ட உண்மை.

- லக்ஷ்மி ரங்கராஜன்,
சென்னை - 9.

அருகம்புல்லுக்கு நிகரான மேன்மையும், சிறப்பும் கொண்டவை வன்னி இலையும், மந்தார மலரும். விநாயகருக்குப் பூஜை செய்யும்போது அருகம்புல் கிடைக்காத சமயத்தில் வன்னி இலையும் மந்தார மலரும் கொண்டு பூஜை செய்யலாம்.

- ஆர். மகாதேவன்,
திருநெல்வேலி.

பால் பாயசம் செய்யும்போது ஒரு லிட்டர் பாலுக்கு ஒரு பிடி அரிசி என்பது சரியான அளவாகும். அரிசியை நெய்யில் வறுத்து ஒரு தம்ளர் பாலையும் சேர்த்துக் குக்கரில் 4 விசில் வரும்வரை வேகவிடவும். தனியே ஒரு லிட்டர் பாலைச் சுண்டக் காய்ச்சி அதில் இந்தக் கலவையைச் சேர்த்து நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, சர்க்கரை சேர்த்துக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கி, ஏலப்பொடி கலந்து பரிமாறவும்.

- சி. இராசலட்சுமி, சேலம்.

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

என், தேங்காய்ப் பூரணம் வைத்த கொழுக்கட்டைகள் உங்கள் குழந்தைகளுக்குப் பிடிக்கவில்லையா? காய்ந்த திராட்சை, பேரிச்சை, முந்திரி, கொப்பரைத் தேங்காய், சிறிது பால்கோவாவுடன் கலந்து பூரணம் செய்யுங்கள். ட்ரைஃப்ரூட் கொழுக்கட்டை சுவையில் அசத்தும்!

- எம். கீதாராணி, சென்னை - 42.

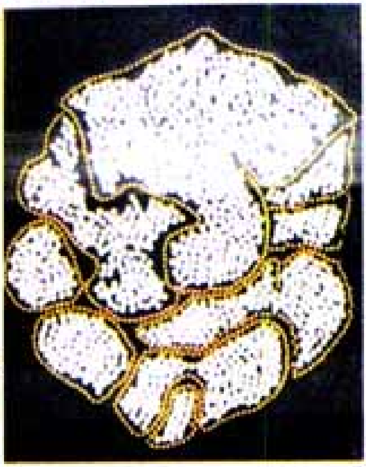
நவராத்திரி இரண்டாம் நாள் திங்கட்கிழமையா? ஆஹா! வில்வத்தை எடுத்து அர்ச்சித்தால் விசேட பலன் கிட்டும்!

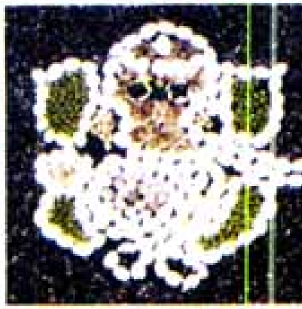
- ஸரோஜா ரங்கராஜன்,
கோட்டூர்புரம்.

சதுர்த்திக்கு விநாயகர் சிலையை வாங்கும் பொழுது கொஞ்சம் ஈரப்பதமுள்ள சிலைகளை வாங்கினால் மணி, சமிக்கி போன்றவற்றை ஒட்டி விநாயகரை நம் விருப்பம் போல அலங்காரம் செய்ய முடியும்.

- சிவகாமி செல்வம், குஜராத்.



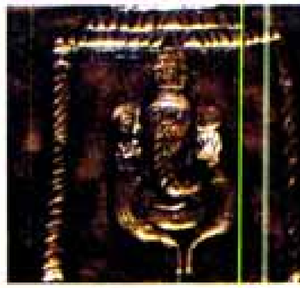








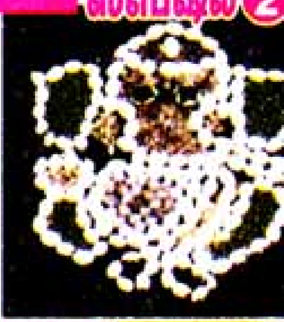






■ விஸ்ருதி





சுட்டிப் பெண்ணின் குட்டி கொலு!

காார்டூன் சேனல்களும், கம்ப்யூட்டர் கேம்ஸுமே கதி என கிடக்கும் குட்டீஸ்களிடையே எட்டு வயது விஷ்ருதி, ரொம்பவே வித்தியாசமான சுட்டி!

''பாட்டி, அம்மா, மட்டும்தான் கொலு வைக்கணுமா? நானும் வைப்பேன் என்று ஆர்வத்தோடு 'கணேஷ் தர்ஷன்' என்ற பெயரில் அழகான கொலு அமைத்து விட்டாள். இதில் என்ன சிறப்பு என்றால், இக் கொலுவில் இடம்பெற்ற அத்தனை கலைப்படைப்புகளும், விஷ்ருதியின் கைவண்ணமே! இலை கணபதி, நவதான்ய விநாயகர், முத்து கணபதி, கலர் அரிசி கணபதி, பானையில் பிள்ளையார், மிதக்கும் கணேசர், கண்ணாடித் துண்டுகளில் கணபதி என விதவிதமான பிள்ளையார்களை ஃபாயில், எம்பாஸிங், பெயின்டிங், வாட்டர் கலர் போன்றவற்றில் அழகாய் வடிவமைத்து பார்வைக்கு வைத்து அசத்தி விட்டாள்.

''எனக்கு ஓவியம், கைவேலைப்பாடுகள்ல ரொம்ப ஆர்வம். எனக்குப் பிடிச்ச சாமி, பிள்ளையார்! ஏன்னா, அவர் ரொம்ப சிம்பிளானவர்! அவரை வரையறதும் ஈஸி. அதனால 'கணேஷ் தர்ஷன்' கொலு வெச்சேன். என்னை, ஊக்கப்படுத்திய அம்மா, பாட்டிக்கும் என்னோட கொலுவைப் பார்க்க வந்த ஃப்ரெண்ட்ஸுக்கும் தாங்க்ஸ்!'' என்கிறார் விஷ்ருதி மகிழ்ச்சியாக!

விஷ்ருதி, பிரபல கர்நாடக இசைப் பாடகி காயத்ரி கிரீஷின் மகள்!

- எஸ். சிவகாமி,
சென்னை - 20.



டென்ஷனே போ!

இன்றைக்கு நிறைய பெண்கள் வேலைக்குச் செல்ல வேண்டிய கட்டாயத்திற்கு உள்ளாகிவிட்டார்கள். நிறைய படித்து பட்டமும் பெற்றுள்ளார்கள். இருந்தாலும் பலருக்கு அலுவலகத்தில் நுழைந்ததும் டென்ஷன் ஆரம்பமாகிவிடுகிறது. அலுவலகத்தில் டென்ஷன் இன்றி இருக்க சில டிப்ஸ் :

★ முதலில் உங்களது மேஜையைச் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ள பழகிக் கொள்ளுங்கள்.

★ முடிந்தவரை அன்றன்றைக்கே பேப்பர்களை ஃபைல் செய்துவிட வேண்டும். இல்லையெனில் வேண்டிய தகவல் அவசரத்திற்குக் கிடைக்காமல் தேடித் தேடி டென்ஷன் உண்டாகும்.

★ ஸ்டேப்ளர், குண்டூசி, பென்சில், ஜம்கிளிப் போன்றவை சின்னச் சின்ன விஷயம்தான். ஆனால் சமயத்துக்குக் கிடைக்காமல் எரிச்சலூட்டும்! ஆகவே, காலையில் வேலை துவங்கும் முன் இவற்றைத் தயாராக வைத்துக் கொண்டால் எளிதாக இருக்கும்.

★ எந்தெந்த வேலையைச் செய்ய வேண்டும் என்று சின்ன கைபேடில் வரிசைப்பட எழுதிக் கொண்டால் வேலையும் மறந்து போகாது.

★ அலுவலக சக ஊழியர்களோ, மேலதிகாரிகளோ, யாரிடமாவது எதையாவது பெற்றாலோ, கொடுத்தாலோ, அத்தாட்சியாக கையெழுத்து வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். பின்னாளில், ''எனக்குத் தெரியாது'' என்று யாராவது மறுக்க நேர்ந்தால், உதவியாக இருக்கும்.

★ கம்ப்யூட்டர் பிரின்டரில் பேப்பர் உள்ளதா என கவனித்து நிரப்பி வைத்து விட்டால் டென்ஷன் இன்றி வேலை செய்ய முடியும்.

★ மொபைல் ஃபோனை சைலன்ட் மோடில் வைக்க வேண்டும். அப்போது தான் மற்றவர்களுக்கு தொந்தரவாக இருக்காது.

★ அவ்வப்போது தண்ணீர் குடித்து, சில நிமிடங்கள் நடந்து, தேநீர் இடைவேளையில் முகம் கழுவி வந்து உட்கார்ந்தால் நாள் முழுக்க ரிலாக்ஸ்டாக இருக்கும்!

- போரூர் ஆர். சீதா,
சென்னை - 116.

நவராத்திரி அன்பளிப்பு பொருட்கள்

பக்தி மணம் கமழும்
ஒரு பாரம்பரியக் கடை



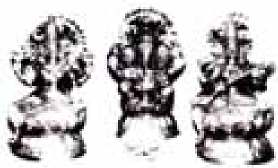
32 வருட
பாரம்பரியம் மிக்க

மயிலாப்பூர்

விஜயா ஸ்டோர்ஸ்

பூஜைக்கு தேவையான மஞ்சள், குங்குமம், சீப்பு, கண்ணாடி, சுவாமி அலங்கார பொருட்கள், அம்மன் பாவாடை, கிரீடம், நெஞ்சுப்பட்டை, மரபாச்சி பொம்மை, அலங்கார மாலைகள், தோரணங்கள், மின்சார தீபம், காப்பர், கண் மெட்டல், பிளாஸ்டிக், பித்தளை, ஒயிட்மெட்டல், செம்பு, ஹாண்டி கிராப்ட், அன்பளிப்பு பொருட்கள் மற்றும் பரத நாட்டியத்திற்கு தேவையான அனைத்து பொருட்களும் கிடைக்கும்.

சுபமங்கள, விசேஷ மற்றும் அன்பளிப்பு பொருட்களின் தாயகம்!







VIJAYA STORES

42, (Opp. Kapaleeswarar Temple Office), 72, (Near Indian Bank), North Mada Street, Mylapore, Chennai - 600 004.

Ph: 2464 2500, 2495 7555, Res: 2464 3250



கை வேலை







தேவையானவை:

- சர்ஜிகல் காட்டன் - 2 ரோல்
- கார்ட் போர்ட் - தேவையான வடிவில்
- கறுப்புத் துணி (அ) ஃபெல்ட் பேப்பர் - அதே அளவில்
- ஃபெவிகால் - ஒட்ட
- கத்தரிக்கோல் - வெட்ட
- சம்கி - அழகுபடுத்த
- திலக வடிவப் பொட்டு, கறுப்புப் பொட்டு - அலகு மற்றும் கொண்டைக்கு,
- கார்பன் பேப்பர் - போர்ட்டின் அளவில்
- மயில் படம் - 1



செய்முறை :

★ கார்ட் போர்டில் கறுப்பு நிறத் துணியைச் சுருக்கமில்லாமல் ஒட்டிக் காயவிடவும். கார்பன் பேப்பரை









போர்டின் மீது வைத்து, மயில் படத்தை வரைந்துகொள்ளவும்.

★ சர்ஜிகல் காட்டனை (மருந்துக் கடைகளில் ரோலாகக் கிடைக்கும். சிறிய ரோலாக இருந்தால் 2 ரோல் வாங்கவும்) பிரித்து அதை வேண்டிய நீளத்துக்கு வெட்டிக்கொள்ளவும். வெட்டிய பஞ்சை குறுக்கே இரண்டாகப் பிரித்தால் பிசிறுகளுடன் பிரியும். அந்தப் பிசிறுகளை நீக்கி கடிமனான புத்தகத்துக்கு நடுவே வைத்துக் கொள்ளவும். அப்போதுதான் பிசிறுகள் இன்றி அயர்ன் செய்தது போல் இருக்கும்.

★ சமனமாகிவிட்ட பஞ்சை எடுத்து 1½ அங்குல நீளத்துக்கு திலகம் வடிவில் (தாமரை இதழ் வடிவில்) கத்திரியால் வெட்டவும். திலக வடிவப் பஞ்சை அதன் ஓரப் பகுதிகளில் கத்திரியால் உட்புறப் பகுதிகளில் நெருக்கமாக வெட்டவும்.

★ இதே போல் 50, 60 இறகுகளை வெட்டி புத்தகத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும். பின்னர் மயிலின் உடல் மற்றும் இரு பக்க பெரிய இறகுகளை தனியே அட்டையில் வரைந்து அந்த கட்டிங்கை பஞ்சில் வைத்து, தனித்தனியே வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கண் கவர் காட்டன் மயில்!



ஒட்ட வேண்டிய முறை : திலக வடிவப் பஞ்சை மேலிருந்து அதாவது இடதுபக்க முனையிலிருந்து வலது பக்க வளைவு வரை ஒட்டவும். முதல் வளைவு முடிந்தவுடன் அடுத்த வளைவுக்கு 2 திலக வடிவ


6


7

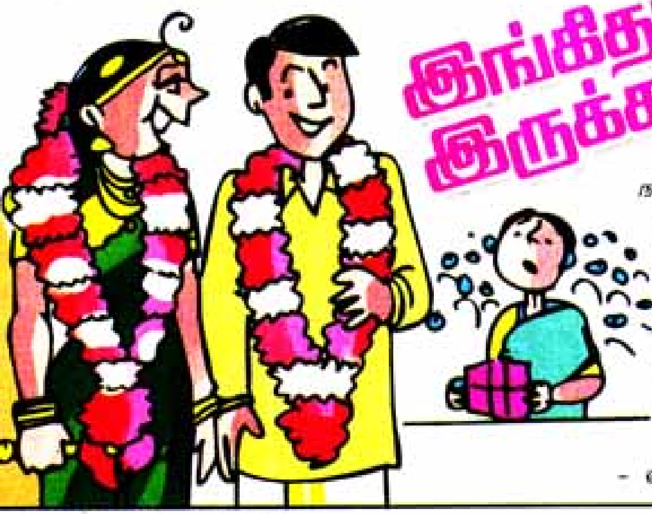

8

சமீபத்தில் நான் ஒரு திருமண வரவேற்பு நிகழ்ச்சிக்குச் சென்றிருந்தேன். மணப்பெண் மாப்பிள்ளையிடம் 'வளவள' என்று பேசிக் கொண்டேயிருந்தார். [காதல் திருமணமா என்பது தெரியவில்லை].

திருமணத்திற்கு வந்தவர்கள், அன்பளிப்புத் தந்ததும் வாங்கிக் கொண்டு அவர்கள் சென்றதும், பேச்சைத் தொடர்ந்தாள்.

ஆனால், மாப்பிள்ளையோ அமைதியாக இருந்தார். சகஜமாகப் பேசுவது தப்பில்லை. இருந்தாலும் மேடை நாகரிகத்தைக் கடைப்பிடித்திருக்கலாம். திருமணத்திற்கு வந்தவர்கள் அனைவரும் மணமக்களைப் பார்க்கத்தான் வருகிறார்கள். அந்த ஒரு நாள் மட்டும் அமைதியாக, அடக்கமாக இருந்திருக்கலாம். வாழ்நாள் முழுவதும் பேசத்தான் போகிறார்கள். கூடுமானவரை திருமண நிகழ்ச்சி முடியும் வரையாவது அமைதியாக இனிய முறுவலுடன் வந்தவர்களை வரவேற்கலாமே!

இங்கிதம் இருக்கட்டும்!



- வி. சுந்தரி, ஆரணி.

இறகுகளுக்கு நடுவே ஒட்டிக்கொண்டே வரவும். (பசையை இறகின் முனையில் தடவினாலே போதும்) இதே போல் 3 வது வரிசையும் ஒட்டிக்கொண்டே வரவும். பின் இருபக்க பெரிய இறகுகளை அதன் இடம் பார்த்துப் பொருத்தி ஒட்டவும். 2 இறகுகளுக்கு நடுவே உடல் பகுதியும் ஒட்டிவிடவும்.

★ திலக வடிவப் பொட்டை (சிவப்பு நிற பேப்பரை அலகு போல் வெட்டி ஒட்டவும்) அலகு போல் ஒட்டவும். கறுநீல சிறிய பொட்டை கண் போல் ஒட்டவும்.

★ 2 போலன்களையும் (மகரந்தம் : பூக்களின் நடுவே வைப்பது) இரண்டாக விரியும். அதை மயிலின் தலைப் பகுதியில் கொண்டை போல் வைக்கவும்.

★ கால்களுக்கு பிரவுன் நிற பேப்பரை '⋀' வடிவில் வெட்டி ஒட்டவும்.

குறுக்காக மெல்லிய பேப்பரை 2 கால்களுக்கு இடையே ஒட்டவும்.

★ மயிலை மேலும் அழகுபடுத்த சம்கிகளை ஒவ்வொரு திலக வடிவ இறகுகள் நடுவே ஒட்டவும். (அ) 3 டி அவுட்லைனரால் புள்ளிகள் வைக்கவும். இப்போது அழகான தோகை விரித்த மயில் ரெடி!

கலை, படங்கள் :
வி. வித்யாவேலு, கடலூர்.

துன்பம் தீர்க்கும் திருப்பெயர்கள்!



தூமகேது - அக்கினி போல் பிரகாசிப்பவன்

கணாத்யக்ஷன் - பூதகணங்களுக்குத் தலைவன்

பாலசந்திரன் - நெற்றியில் சந்திரனைத் தரித்தவன்.

கஜானன் - யானை முகத்தோன்

வக்ரதுண்டன் - வளைந்த துதிக்கையை உடையவன்

சூர்பகர்ணன் - முறம் போன்ற காதுகளை உடையவன்.

ஹேரம்பன் - பக்தர்களுக்கு அருளுபவன்

ஸ்கந்த பூர்வஜன் - கந்தனுக்கு அண்ணன்

பிள்ளையாரின் இந்த எட்டு திருப்பெயர்களையும் வித்யாரம்பம், திருமணம், கிரகப்பிரவேசம், பயணம் அல்லது கஷ்டம் ஏற்படும்போது ஜபித்தால் இடையூறுகள் நீங்கும்.

- ஸ்வர்ணமுகி, தஞ்சாவூர்.

தமாஷ் அனுபவம்

திருச்சியில்... நானும், என் கணவரும் ரொம்ப அழகாகத்தான் குடித்தனம் பண்ணிக் கொண்டிருந்தோம். இரண்டு பெண்களுக்கும் கல்யாணம் ஆச்சு. பையன் ஏதோ சென்னையில் பிரபல ஐ.டி. கம்பெனியில் வேலை என்று இருக்க, நாங்கள் இருவரும் காலை எழுந்தவுடன் 'வாட்டர்' தெரபி, வாக்கிங், ஜாக்கிங், யோகா, போதாத குறைக்கு ஏரோபிக்ஸ் என்று



என்னவெல்லாம் உண்டோ எல்லாவற்றிலும் கொஞ்சம் கொஞ்சம் செய்து கொண்டு மகிழ்ந்திருந்தோம் போன மாதம் வரை' என் பையனிடமிருந்து ஃபோன் ''அம்மா, எங்க ஆபீஸில் 'ஹெல்த் செக்-அப்.' அம்மா அப்பா இருவருக்கும் உண்டாம். 50 வயதுக்கு மேல் எந்த டெஸ்ட் அவசியமோ.. அந்த டெஸ்டெல்லாம் பண்ணிடுவாங்க. இன்னும் இரண்டு நாட்களில் அப்பாயின்மென்ட். உடனே புறப்படும் வழியைப் பாருங்க... என்று சொல்லி ஃபோனை வைத்து விட்டான்.

மறுநாள் காலை பகல் ஒன்றரை மணி பஸ்ஸிற்கு. சீக்கிரம் சாப்பிட வாங்க. கிளம்ப சரியாக இருக்கும் என்று அவரைத் தொந்தரவு பண்ண அவரும் வந்தார்.

சாதம் சாப்பிட்டு, கடைசியில் மோர் சாதம் வந்தோம். அதற்குக்



ஒடு



படுத்திய பாடு!

தொட்டுக் கொள்ள பக்கத்திலிருந்த ஆவக்காய் ஊறுகாயைப் போட்டுக் கொண் டேன். கடிகாரத்தின் முள் 12.30 காட்டியது. என் சனி காலம் ஆரம்பம் ஆனது. கடிகாரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே ஆவக்காயை ஓட்டுடன் மோர் சாதத்தை அள்ளி விழுங்கி விட்டேன். உடனே அது தொண்டையை அடைக்க, ஒரு பாட்டில் முழுவதும் தண்ணீரை நிரப்பி, கிடுகிடு என்று குடித்து விட்டேன். (அந்த ஆவக்காய் கொஞ்சம் போட் ஷேப்பில் பெரிதாக வேறு இருக்கும்)

கடவுளே! நான் என்ன செய்வேன்...

வாயில் தொண்டை வரை விரலை விட்டால் ஓடு வந்து விடும் என்று எண்ணத்தில் விட்டுப் பார்த்தேன். ஒன்றும் காணோம். Dog Breath என்று (யோகாவில் கற்றது) ஒன்று உண்டு. அதையும் செய்து பார்த்தேன். வயிறு பிரட்டியதே தவிர, பாழாய்ப் போன ஓட்டைக் காணவில்லை. வாழைப் பழம் சாப்பிட பயம். காரணம், ஓடும் பஸ்ஸில் தன் வேலையைக் காட்டிவிட்டால்...

நினைவுகளை வெளியே சிதறாமல் உள்முகமாக திருப்ப வேண்டும் என்று நான் தியான வகுப்பில் கற்றதைப் பின்பற்றி என் நினைவுகள் உடலில் உள்ள ஒவ்வொரு உறுப்புகளிலும் சென்று சென்று மூலாதனத்தில் வந்து நிற்கும்படி செய்து பார்த்தேன். ஓடு வரவில்லை! சென்னைதான் வந்தது.

அடுத்த நாள் பிரபல மருத்துவமனை ஒன்றில் செக்-அப் முடிந்து கணவருக்கு மட்டும் ஹெர்னியா என்ற பட்டம் கொடுக்க, எனக்கு, 'முற்றிலும் ஓகே' என்ற நற்சான்றிதழ் கொடுத்து விட்டார்கள்.

சென்னையில் பிரபல குடல், வயிறு டாக்டரிடம் என் கணவருக்கு அறுவை சிகிச்சை நடந்தது. எனக்கு எந்தவித பதற்றமும் பயமும் இல்லை. (ஆழ்நிலை தியானம் - மாங்காய் ஓடு) 7 நாட்கள் அந்த மருத்துவமனையில் இருக்கும்படி நேரிட்டது. அவ்வாறு இருக்கும் போது அவரை விசாரிக்க சில அஸிஸ்டென்ட் டாக்டர்களும் அவ்வப்போது வந்து போவார்கள். இதற்குள் எனக்கு த்ரோட் இன்பெக்ஷன் வந்து விட்டது. இன்னும் கவலை அதிகரித்து விட்டது. எல்லாம் இந்த மாங்காய் ஓட்டால்தானோ என்று.. (பின்னால் தெரிய வந்தது அது சென்னைத் தண்ணீர் என்று). ஒவ்வொரு டாக்டரிடம் என் தொண்டையை பற்றிச் சொல்ல...

''நீங்க நம்ப டாக்டரிடமே காட்டுங்கள். எக்ஸ்ரேயில், ஸ்கேனில் கூட அந்த ஓடு எங்கிருக்கிறது என்பது தெரியாது. சில சமயம் தொண்டையில் 'ஈஸோ பாகஸ்' என்ற இடத்தில் அழகாக மாட்டிக் கொண்டிருக்கும்'' என்று சொன்னார்களே... பார்க்க

லாம். பகீரென்றது எனக்கு. தூங்கவே இல்லை. அப்படியே நான் தூங்கினாலும் அந்த ஓடு படகு போல் கொஞ்சம் கொஞ்சமா... கல்லீரல், கணையம், குடல் போன்ற எனக்குத் தெரிந்த உறுப்புகளில் வளைய வந்து, வீச்சரிவாள் போல் கிழித்துக் கொண்டு வருவது போல் பிரமை. தூக்கம் கலையும் போது பாத்ரூமில் காறித் துப்பி பார்ப்பேன். ஏதாவது ரத்தம் வருகிறதா என்று..

சாய்ராம்.. சாய்ராம் என்று சதா சர்வகாலமும் தியானித்து, அம்பாள் ஸ்லோகங்கள், பாட்டுக்கள் என்று ஆஸ்பிடலில் தவமாய் இருக்க, இனி ரிஷிகேஷம் போகத் தேவையில்லை. ஸப்தஸர்கம் என்று சொல்வார்களே அதைப் போல் இருந்தேன் முழுவதுமாக பகவானுடன் ஏழு நாட்கள்.

என் தவத்தின் பயனாக... (எனக்காகச் செய்தது என்பது வேற விஷயம்!) அவரை டிஸ்சார்ஜ் பண்ணி விட்டார்கள். ஆஸ்பத்திரியில், ''ஆவக்காய் ஓடு இப்போது எந்த ஜங்ஷனில் இருக்கிறது?'' என்று நர்ஸ்கள் கிண்டல் கூட செய்வார்கள். அவரைப் பார்க்க வருபவர்கள், என் கதையைக் கேட்டு, ''என்ன... நீ சின்னக் குழந்தை மாதிரி இருக்கே.. வயசாறதே தவிர... புத்தியே வளரலை... அது இத்தனை நேரம் வெளியில் வந்திருக்கும். நீ நல்லாப் பார்த்திருக்கணும். அது வந்ததா இல்லையா என்று'' ஓஹோ! இது வேறயா?

ஆனாலும் என் டென்ஷன் குறையவே யில்லை. பைத்தியம் உச்சக்கட்டத்தை அடைந்தபோது இலவசத் தொண்டாக 'எண்டோஸ்கோப்' என்று சிறுடி டிடெக்டரை என் தொண்டைக்குள் செலுத்தினார் டாக்டர். அவர் என்னைப் பார்த்து ஒரு வார்த்தைச் சொன்னாரே பார்க்கலாம்.. ''மாங்காய் ஓடும் இல்லை. தேங்காய் ஓடும் இல்லை.''

என்னைச் சுற்றி இருந்த நர்ஸ், உதவி டாக்டர்கள் அனைவரும் கொல்லென்று சிரித்து விட்டார்கள். நானும் மகிழ்ச்சிக் கடலில் திளைத்தேன்.

சகோதரிகளே, அந்தக் காலத்தில் பெரியவர்கள் சாப்பிடும் போது பேசவே மாட்டார்கள். சைகை மூலமாகத்தான் எதையும் தெரிவிப்பார்கள். அதுபோல நீங்களும் உடலிற்காக என்று நேரத்தை ஒதுக்கி நிதானமாகவும், அமைதியாகவும் சாப்பிடுங்கள். முப்பது ரூபாய் மாங்காய், மூவாயிரம் ரூபாய் வரை செலவு வைத்த கதை என்னோடு போகட்டும்!

- சாந்தா நாராயணன், திருச்சி.



ஆஹா 50!

விழாக் காலங்களில் வெளியே செல்லும் போது நாம் கொண்டு செல்லும் ரூபாய் நோட்டுகளின் எண்களை குறித்துக் கொண்டால் நெரிசலான சமயத்தில் பர்சேஸ் செய்யும் போது பணம் கொடுத்தோமா இல்லையா என்ற வாக்குவாதத்தைத் தவிர்க்கலாம். நம் பணத்தையும் காப்பாற்றிக் கொள்ளலாம்.

- ஜி. பார்வதி, ஈரோடு.


Mandira
MYBRA®
www.mybraindia.com
MYBRA LINGERIE PVT. LTD
#7,Udupa Gardens, S.M.Road, Jalahalli West,Bangalore-560015.
Ph :28396346, 41172771/72/73 Fax:91-80-28371997.
E.mail:sales@mybraindia.com. Website:www.mybraindia.com
Chennai Office: New# 9, Old# P145/A, M.M.D.A.Colony, Arumbakkam,
Chennai-600106. Ph:044 43183226, 944411 0141, 9342871603, 94427 34890



தூர தேசப் பயணமா? உஷார்!

அண்மையில் மங்கையர் மலர் ஜூன் 2008 இதழில், ''வெளிநாட்டுப் பயணமா? உஷார்'' என்ற கட்டுரையைப் படித்தேன். மிகவும் பயனுள்ள கட்டுரை.

சென்ற ஏப்ரல் முதல் வாரம் என் அம்மா என் சகோதரனுடன் அமெரிக்கா சென்றார்கள். அம்மாவிற்கு வயது 70. விமானத்தில் போகும் போதே இலேசாக மூச்சுத் திணறல் ஏற்பட்டு இருக்கிறது. ஆக்ஸிஜன் வைத்து சரிசெய்தபடியே பயணம் செய்து அமெரிக்கா சென்றடைந்தார்கள். டெக்ஸாஸ் ஆஸ்டினில் உள்ள பிரபல மருத்துவமனையில் அட்மிட் செய்து பார்த்ததில் நுரையீரலில் இரத்தம் உறைந்திருப்பதாகக் கண்டு பிடித்தார்கள். நீண்ட நேரம் காலைத் தொங்கப் போட்டுப் பயணித்ததால், காலில் இரத்த உறைவு ஏற் பட்டு, அது பரவி நுரையீரலைத் தாக்கி இருக்கிறது. தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவில் வைத்து அந்த நுரையீரல் கிளாட்டைச் சரிசெய்தனர். அடுத்தநாள் மற்றொரு சிறிய கிளாட் ஒன்று, மூளையைத் தாக்கிவிட பிரெயின் ஹெமரேஜ் ஏற்பட்டு, அம்மா இறந்து விட்டார்.

பொதுவாக, காலில் வெரிகோஸ் வெயின்ஸ் பிரச்னை இருக்கும் பெண்களுக்கு அதிக தூரப் பயணத்தின் போது இதுபோல ஏற்படக்கூடும் என்கிறார்கள் மருத்துவர்கள். எனவே இந்தப் பிரச்னை இருக்கும் பெண்கள் கண்டிப்பாக விமானப் பயணத்தின்போது காலில் டைட்டாக ஸ்டாக்கிங்ஸ் போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். அடிக்கடி எழுந்து நடக்க வேண்டும். தவிரவும், 'கிளாட்' ஏற்படாமல் இருக்க மருத்துவர் ஆலோசனையுடன் ஆஸ்பிரின் மாத்திரை போட்டுக் கொண்டு பயணம் செய்ய வேண்டும்.



- கீதா தெய்வசிகாமணி,
சென்னை - 28



மனமார வாழ்த்துங்க!

பண்டிகை நாட்களில் நெருங்கிய உறவினர்களுக்கு காலையில் போன் செய்து அவர்கள் நம்மை வாழ்த்துகிறார்களா என்றெல்லாம் யோசனை பண்ணாமல், மனமார வாழ்த்திதான் பாருங்களேன்! அடுத்த வருடத்தில் இருந்து, அவர்களே வாழ்த்த முன்வருவார்கள்!

- ஆர். சித்ரா, புதுதில்லி.

ஆஹா 50!

இவை எல்லாமே 50! தான்!

திருமணங்களுக்கு வெளியூர் செல்லும் போது மறக்காமல் ஒரு பூட்டு, சாவி கொண்டு சென்றால் நமக்கு ஒதுக்கப்படும் அறையை நாம் கொண்டு செல்லும் பூட்டால் பூட்டிக் கொண்டால் பல சிரமங்களைத் தவிர்த்து விடலாம்!

- ஆர். இந்திரா, சென்னை - 24.

விசேஷ தினங்களில் மாவிலைத் தோரணம் கட்டும்போது, இலைகளின் நுனியில் சிறிது கம் தடவி, சம்க்கியை ஒட்ட பிரமாதமாக இருக்கும்.

- மகாலெக்ஷ்மி சுப்ரமணியன், காரைக்கால்.

சிலருக்கு புளிசாதம், எலுமிச்சை சாதம் சாப்பிட்டவுடன் சிறிது நேரம் நெஞ்சு கரித்துக் கொண்டிருக்கும். இவற்றைச் சாப்பிட்டவுடன் ஒரு தம்ளர் மோர் சாப்பிட்டுப் பாருங்கள். எளிதில் ஜீரணித்துவிடும். இது என் அனுபவத்தில் கண்டது.

- எம். கீதாமுரளிதரன், நெல்லை.

வாக்கிங் செல்லும் போது இரண்டு தொடைகளும் உராய்ந்து புண்ணாகிவிடும். இதைத் தவிர்க்க, 2 ஸ்பூன் நல்லெண்ணெயுடன், 2 ஸ்பூன் தேங்காய் எண்ணெயைச் கலந்து தடவிக்கொண்டு வாக்கிங் போனால் சிரமமில்லாமல் இருக்கும்.

-வி. சாந்தி, நெய்வேலி - 3.

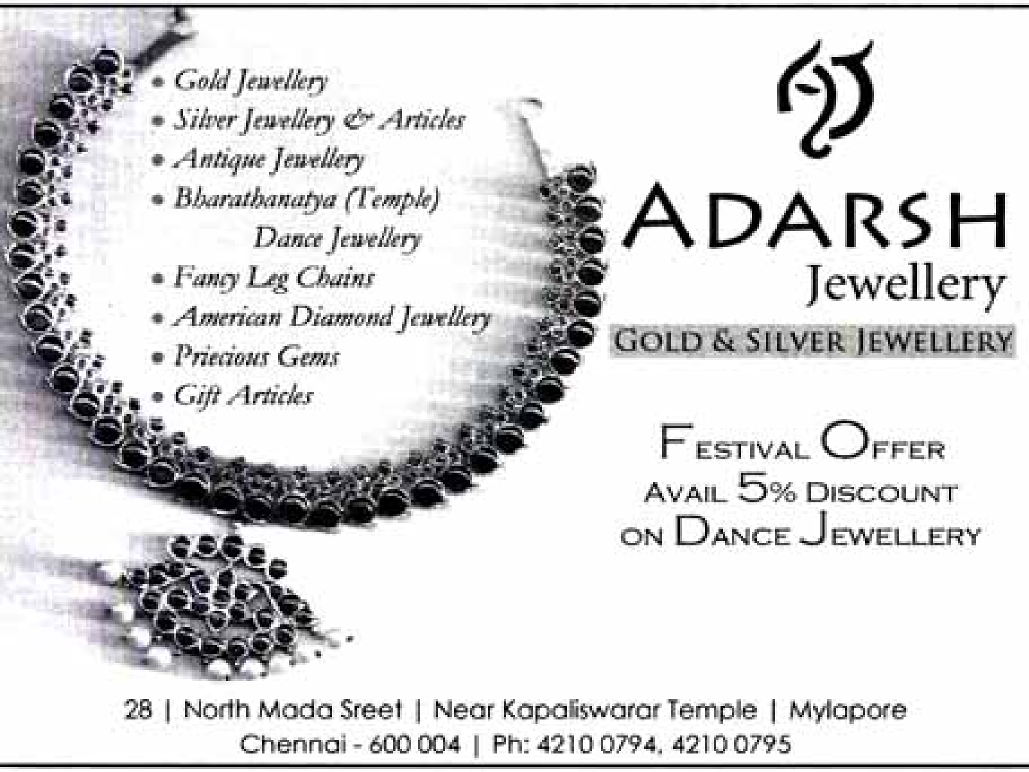
நம் வீட்டுப் பெண் குழந்தைகளுக்கு பண்டிகை, திருமணம் போன்ற நாட்களில் பட்டுப் பாவாடை, பாரம்பரிய தாவணி [அ] கைவைத்த சட்டை போன்ற உடைகளை அணியச் சொல்லவும். அழகாகவும் இருக்கும், பண்பாடும் வளரும்!

- கு. லதா, கும்பகோணம்.

பீரோவுக்குள் காந்தம் வைத்துள்ள டார்ச்சை வைத்துக் கொண்டால் மின்சாரம் இல்லாத நேரத்தில் துணிகளை எடுக்க உதவியாக இருக்கும்.

ராதா சேகரன், சென்னை - 4.


SINGAPORE
MALAYSIA
6N/7D
Rs.38,000/-
AUSTRALIA
7N/8D
Rs.1,23,000/-
SYDNEY, CAIRNS, GOLD COAST
BANGKOK
PATTAYA
4N/5D
Rs.27,500/-
Cell: 9941 99 99 88
Cell: 9941 99 99 88
DOMESTIC TOURS
சிம்லா - குலுமனாலி - அமிர்தசரஸ் டெல்லி - ஆக்ரா
12 Days Tour - Rs.7,350/-
அந்தமான் 4 Nights / 5 days - Rs.5600/-
ஆக்ரா - மதுரா - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - டெல்லி - அலகாபாத் - காசி – 12 Days Tour - Rs. 5,950/-
Avail LTC / LFC
ஒரே குருப்பாக வரும் அன்பர்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் இடங்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் தேதியில் யாத்திரை செய்து தரப்படும்.
METRO TRAVELS
No.67, Basha St, Chennai - 94. Ph- 2374 2466/ 2994 /2996
E-Mail: metrotravelsindia@yahoo.co.in
Website: www.metrotravelsindia.com
Mob: 98415 77615
Mob : 98411 36563


• Gold Jewellery
• Silver Jewellery & Articles
• Antique Jewellery
• Bharathanatya (Temple) Dance Jewellery
• Fancy Leg Chains
• American Diamond Jewellery
• Priecious Gems
• Gift Articles
ADARSH
Jewellery
GOLD & SILVER JEWELLERY
FESTIVAL OFFER
AVAIL 5% DISCOUNT
ON DANCE JEWELLERY
28 | North Mada Sreet | Near Kapaliswarar Temple | Mylapore
Chennai - 600 004 | Ph: 4210 0794, 4210 0795

அறை வாங்கிய கன்னத்தைப் பொத்திக்கொண்டு விழிகள் தளும்ப அவனைப் பார்த்தாள் அர்ச்சனா. ஆயிரம் வார்த்தைகளை உள் நிறுத்தி அவள் உதடுகள் துடித்தன.

இவன்தானா? 'நீ எனக்குக் கிடைக்கவில்லை என்றால் நாளைக்குக் காலையில் செய்தித்தாளில் என் தற்கொலைச் செய்தியைப் படிப்பாய்' என்று வித்தைக் காட்டி கண்கள் கலங்கப் பேசியவன் இவன்தானா? நான் விழுந்து விழுந்து காதலித்தது இவனைத்தானா? என் உயிர், வாழ்க்கை எல்லாமும் இனி இவனுக்குத்தான் என்று தீர்மானித்து என்னைப் பெற்று வளர்த்து, படிக்கவைத்து என்னைப் பற்றி நூறு கனவுகளுடன் இருந்த பெற்றோரைத் தூக்கியெறிந்தது, இதோ வெறியோடு நிற்கும் இவனுக்காகத்தானா?

எப்படி இருந்தவன் ஏன் இப்படி மாறிப் போனான்? அல்லது இப்படி இருப்பவன்தான் என்னிடம் அப்படியெல்லாம் நாடகம் நடித்தானா? நான்தான் முட்டாள் மாதிரி காதல் மோகத்தில் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாமல் இருந்து விட்டேனா?

''என்னடி முறைக்கறே? கேக்கறேன்ல, பதில் சொல்லு முதல்ல!''

''அய்யோ! கடவுளே! ஏன் இப்படி என்னை சித்ரவதை செய்றீங்க? அநாவசியமா என் உடம்பைப் புண்ணாக்கிக்க விரும்பலை. நான் ஏற்கெனவே நொந்து போயிருக்கேன். விட்ருங்க.''

கண்ணீரைத் துடைத்துக் கொண்டு சென்று



4 பட்டுக்கோட்டை பிரபாகர்

பூ பூக்கும் ஓசை!

தூளியிலிருந்து குழந்தையைத் தூக்கிக்கொண்டாள். தரையில் அமர்ந்து, மடியில் கிடத்தி, பால் கொடுக்கத் துவங்கினாள்.

''இதுகூட ஒரு அலட்சியம்தாண்டி. எனக்கு எங்கயும் மரியாதை இல்லை.



அப்பனைப் பாக்காதடின்னு சொன்னா... நீ என்னடா சொல்றதுன்னு நீ போயி பார்த்துட்டு வர்றே.. எனக்கு எங்கதாண்டி மரியாதை இருக்கு?''

நெற்றியில் அடித்துக்கொண்டு நாற்காலியில் அமர்ந்த மனோகர், சிகரெட் பற்றவைத்தான்.

''குழந்தைக்கு ஒத்துக்காதுங்க. வெளில போய்ப் பிடிச்சிட்டு வாங்க.''

''ஆமாம். பொல்லாத குழந்தையைப் பெத்துட்டா. இது பொறக்கற வரைக்கும் நான் நல்லாதான் இருந்தேன். வரிசையா அடி! இன்னும் எங்கல்லாம் கொண்டு போய் நிறுத்தப் போவுதோ?''

''குழந்தையை எதாச்சும் சொன்னிங்க, பார்த்துக்கங்க.. பாவம், இவ என்ன பண்ணா? அவங்கவங்க குழந்தைக்காக கோயில் கோயிலா ஏறி தவமிருக்காங்க. உங்களுக்குச் சாமர்த்தியம் இல்ல. அதுக்கு இது என்ன பண்ணிச்சாம்?''

''யாரு? எனக்காடி சாமர்த்தியம்

இல்ல? மாசம் அஞ்சாயிரம் கூட வராம திணறிட்டிருந்த சிக் யூனிட்டை எடுத்து, மெஷின்ஸ் மாத்தி, புதுப்புது மார்க்கெட்டிங் யுத்திகளை யூஸ் பண்ணி, மாசம் அம்பதாயிரம் லாபம் வர்ற யூனிட்டா மாத்தினது உங்கப்பனா?''

''அவரை ஏன் இழுக்கறீங்க இதுல? அந்த குணசேகரன் பேர்லதான் குணம் இருக்கு. மத்தபடி நல்ல மனுஷனா தெரியலைங்கன்னு நான் அப்பவே சொல்லல, கேட்டீங்களா? உனக்கு என்னடி தெரியும்னு என் வார்த்தையை அலட்சியப்படுத்தினீங்க. அவன் வேலையைக் காட்டிட்டான்.''

''என்னடா முழுசா பதினேழு லட்சத்தைத் தோத்துட்டு நிக்கறானே, அவனுக்கு ஆறுதலா ரெண்டு வார்த்தை பேசுவோம்னு நினைக்கிறியா? எப்படா சறுக்குவான்னு காத்திருந்த மாதிரி தினம் குத்திக் குத்திக் காமிக்கிறியே..''

''பல தடவை சொல்லிட்டேன். நீங்கதான் எடுத்துக்க மாட்டேங்கறீங்க. அவன் நல்லவன் இல்லன்னு தெரிஞ்சுப் போச்சு. யார் வார்த்தைக்கும் கட்டுப்பட மாட்டான்னு தெளிவாத் தெரியுது. அவன்ட்ட இப்ப தயவாப் பேசி கிடைக்கிற வரைக்கும் காசைக் கறக்கப் பாருங்கன்னு நான் சொல்லலை? நீங்கதான் சட்டப்படி அவன்ட்டேர்ந்து ஒரு பைசா பாக்கி இல்லாம வசூல் பண்ணிக் காட்றேன் பாருன்னு வீம்பா அலைஞ்சிட்டிருக்கீங்க.''

''வாயை மூடு! அவன் என் காசை அப்படியே என் கண் முன்னாடி முழுங்கி ஏப்பம் விடுவான். நான் அவன் கால்ல விழுந்து கண்ணா, ராஜா, குடுத்துடுப்பான்னு கெஞ்சணும்! இல்ல? வக்கீலும் இதே கேவலமான யோசனையைத்தான் சொல்றான். வேணும்னா ரெண்டுமூணு வருஷம் கோர்ட்டுக்கு இழுக்கலாமாம், ஆனா சட்டப்படி ஜெயிக்க முடியாதாம். சமாதானமாப் பேசிப் பாருங்கன்னு சொல்றான். இதைச் சொல்றதுக்கு எதுக்கு மெனக்கெட்டு சட்டம் படிச்சான்னு தெரியலை. வாய்யா ஜெயிச்சித் தர்றேன்னு சொன்னா, அவன்தானே நல்ல வக்கீலு?''



தலைமுடி கொட்டுவதைத் தடுக்க எளிதான வழி பூண்டை நன்றாக நசுக்கி அதன் சாறு மயிர்க்கால்களில் படும்படி மென்மையாக மசாஜ் செய்து வருவதுதான். இதனால், ரத்த ஓட்டம் அதிகரித்து முடிகொட்டுவது படிப்படியாக நின்று விடும்!

- சரஸ்வதி வெங்கட்ராமன், பம்மல்.



ஆஹா 50!

விளிம்புள்ள தட்டுகளில் மணல் பரப்பி, நவதானியங்கள் இட்டு, நீர் தெளித்துவிட்டால் இரு நாட்களில் முளை விட்டிருக்கும். இச் செடிகளுக்கு இடையே குத்துவிளக்கை ஏற்றி வைத்து கொலு வைத்திருக்கும் ஹாலில் வைத்தால் பார்க்க அழகாக இருக்கும்.

– அபர்ணா சுப்ரமணியம்,
சென்னை – 4.

''உங்க நன்மைக்காக அவர் உள்ளது உள்ளபடி சொல்லிருக்காரு. தன் ஃபீஸ்'' தான் முக்கியம்னு நினைச்சிருந்தா உங்களை உசுப்பேத்தி தூண்டி விட்ருப்பாரு. இத பாருங்க. பொம்பளைப் பிள்ளையைப் பெத்திருக்கோம். ரெண்டு பக்கமும் சொந்தங்களை எதிர்த்துக் கல்யாணம் பண்ணிருக்கோம். நிம்மதியா வாழணும். கௌரவமா வாழ்ந்து காட்டணும். வரட்டுப் பிடிவாதத்தை விட்டுட்டு, அவனை நேர்ல போய்ப் பாருங்க. நானும் வேணும்னா கூட வர்றேன். சிஸ்டர், சிஸ்டர்னு எத்தனை தடவை நம்ம வீட்ல அவன் சாப்பிட்டிருக்கான். உங்களுக்கு கெஞ்சிக் கேக்கறதுக்குச் சங்கடமா இருந்தா.. நான் கெஞ்சறேன். குடுக்கறதைக் குடுக்கட்டும். தனியா சின்னதா தொழில் ஆரம்பிங்க. உங்க திறமைமேல எனக்கு நம்பிக்கை இருக்கு. இதுவே நீங்க உருவாக்கின வியாபாரம்தானே? மறுபடி உருவாக்க முடியாதா? அவனைவிட பல மடங்கு உசந்து காமிங்க. அதானே சவால்.''

''அவன் அநியாயம் செய்வான், நான் குடும்பத்தோட போய்க் கெஞ்சணுமா? எதுக்குடி நான் இப்படி விட்டுக் கொடுக்கணும்? எந்தளவுக்கு விட்டுக் கொடுக்கணும்? மோசடி செஞ்ச பணத்தைத் திருப்பித் தர்றேன், உன் பொண்டாட்டியை ஒரு ராத்திரிக்கு விட்டுட்டுப் போன்னா, விட்டுட்டு வரட்டுமா? சொல்லு!''

''கடவுளே!'' என்று காதுகளைப் பொத்திக்கொண்டாள் அர்ச்சனா.

''கேட்கவே கஷ்டமா இருக்குல்ல? அவன்ட்ட விட்டுக் கொடுப்பான்னு கேக்கறதை, நான் என் கற்பை இழக்கற மாதிரிதான் நினைக்கிறேன். மனுஷனுக்கு தன்மானம் முக்கியம். மயிலே மயிலேன்னு கெஞ்சி எந்த மயிலு இறகு போட்ருக்கு? பிடுங்கணும். அவன்ட்ட என் பணத்தை எப்படி வசூல் பண்றதுன்னு எனக்குத் தெரியும். நீ எனக்கு அட்வைஸ் பண்ணத் தேவையில்லை. புரிஞ்சுதா?''

மனோகர் செருப்பணிந்துகொண்டு வெளியேற, அவனைக் கவலையோடு பார்த்துக்கொண்டிருந்தாள் அர்ச்சனா. வயிறு நிறைய பால் குடித்து முடித்த குழந்தை, முகம் பார்த்துச் சிரிக்க... விரக்தியுடன் அணைத்துக்கொண்டாள்.

சாரதி, காஃபி தம்ளரைக் கீழே வைத்துவிட்டு சட்டைப் பையிலிருந்து கைக்குட்டை எடுத்து உதடுகளை ஒற்றிக்



ஆஹா 50!

குழந்தைகளின் லஞ்சுக்கு பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு அப்பளம், சிப்ஸ் போன்றவற்றைக் கொடுத்தனுப்பும்போது, அதை 'பின்' செய்தாலோ, ரப்பர் பேண்ட், நூல் போட்டுக் கட்டினாலோ, பிரிக்கச் சிரமப்படுவர். துணி காயப் போடும் சிறிய பிளாஸ்டிக் கிளிப்பை மாட்டினால், பிரித்துச் சாப்பிடுவது சுலபம்.

- தஸ்மிலா அஸ்கர்,
இராமநாதபுர மாவட்டம்.

கொண்டார். கைகளைக் கட்டிக் கொண்டு எதிரே நின்ற ஆர்த்தியை யோசனையாகப் பார்த்தார்.

சாரதிக்கு மெலிந்த தேகம். பட்டையான ஃப்பிரேமில் கண்ணாடி. எப்போதும் வேட்டி, முழுக்கைச் சட்டை. நெற்றியில் குங்குமம். அவர்தான் அந்தக் குடியிருப்பு சங்கத்தின் காரியதரிசி. மின்சார வாரியத்தில் பணிபுரிந்து ஓய்வு பெற்றவர். பைசா சுத்தமாக கணக்கு வைத்திருப்பார். யார் கேட்டாலும், கேட்காவிட்டாலும், மாதா மாதம் வரவு, செலவு கணக்கை கம்ப்யூட்டரில் போட்டு நோட்டீஸ் போர்டில் குத்தி வைத்துவிடுவார். எல்லா வீடுகளின் நல்ல, கெட்ட நிகழ்ச்சிகளிலும் சாரதி கண்டிப்பாக இருப்பார். அவருக்கு ஆர்த்தி, அர்ச்சனாவின் அப்பாவான தனசேகர் மேல் அதிகமான அன்பு. பல வருட பழக்கத்தின் நட்புரிமை அவர்களின் ஒவ்வொரு சந்திப்பிலும் தெரியும்.

''ஆர்த்தி, உங்கப்பாவோட பேங்க் அக்கவுண்டுல எவ்வளவு இருக்கு தெரியுமா?''

''தெரியும் அங்கிள். நேத்து எடுத்தது போக நாப்பதாயிரம் இருக்கு.''

''பத்தாதேம்மா. எங்கிட்ட ஒரு அறுபது வரைக்கும் தேறும். மூணு லட்சத்துக்கு மேல தேவைப்படும்னு டாக்டர் சொல்றாரே?''

''அப்பா, நேத்து என்னைக் கூப்பிட்டு சொன்னாரு அங்கிள். இந்த வீட்டை வெச்சி கடன் வாங்க உங்க மூலமா ஏற்பாடு பண்ணப் போறதா சொன்னாரு.''

''வாங்கலாம்மா. அநியாயத்துக்கு வட்டி கேப்பான். உடனே நடக்காது. ரெண்டுநாள்ல பணம் கட்டணுமே..''

''என்ன செய்யலாம் அங்கிள்? நாமே ஒரு முடிவு பண்ணலாம். அம்மாகிட்ட இருக்கற நகை இன்னிய விலைக்கு ஒரு லட்சம் போகும்னு நினைக்கிறேன்.''

''அதெல்லாம் இருக்கட்டும் ஆர்த்தி. நான் ஒண்ணு சொல்றேன். யோசிச்சுப் பாரு. உன் அக்கா புருஷன் மனோகர் நல்ல நிலைமையிலதானே இருக்கார்? மூணு லட்சம் புரட்ட முடியாதா அவரால? நீ கேட்டுப் பாக்கறியா?'' என்றார். சம்மதித்து தலையசைத்தாள் ஆர்த்தி.

(தொடரும்)





"வாங்காதீங்க!"

புதிதாக தமிழ் சின்னத்திரையில் ஆரம்பித்திருக்கிற ஒரு தொடரின் ஆரம்பக் காட்சியைப் பார்த்தேன். கதாநாயகி இளகிய சுபாவம் உடையவள். கேட்டவர்களுக்கு உதவி செய்யும் மனப்பான்மை உள்ளவள். அந்த நாயகி வேலை/ இண்டர்வியூவிற்காக ஹைதராபாத் போக சென்னை விமான நிலையத்தில் காத்திருக்கிறாள். அவளிடம் 'என் பேத்திக்கு உடனே மருந்து எடுத்துக் கொண்டு போக வேண்டும். செய்வீர்களா?' என்று முன்பின் தெரியாத ஒருவர் கெஞ்சுகிறார். அவளும் ஆபத்து சமயத்தில் உதவலாமே என்று வாங்கிக் கைப் பையில் போட்டுக் கொள்கிறாள். அது போதைப் பொருள் என்பது தெரியாமல் எடுத்து செல்ல ஹைதராபாத்தில் அவளை போலீஸ் கைது செய்கிறது.

சின்னத்திரை தொடரிலிருந்து நாம் எதைக் கற்றுக் கொள்கிறோமோ தெரியாது. இந்தக் குறிப்பிட்ட சீரியல் மூலமாக யார் எதை கொடுத்தாலும் 'தேமே' என்று பையில் வாங்கிப் போட்டுக் கொள்ளக்கூடாது எனத்தெரிந்து கொண்டேன். உதவி செய்யும் குணம் எவ்வளவு இருந்தாலும் முன்பின் தெரியாத யாரிடமும் எதையும் வாங்க வேண்டாம். இது விமானத்துக்கு மட்டும் அல்ல. ரயில் பிரயாணத்திற்கும் கூடத்தான்.

- கீதா பென்னெட், யு.எஸ்.



ஆஹா 50!

நவராத்திரி கொலுவில் களி மண்ணால் குடிசை வீடுகள், கிணறு, அம்மிக்கல், ஆட்டுக்கல் போன்றவற்றைச் செய்து அழகான பொம்மை கிராமம் அமைக்கலாம். கிராமம் என்றால் என்னவென்று இந்தத் தலைமுறை குழந்தைகள் தெரிந்து கொள்ள உதவுமே!

- ஆர். ராஜலக்ஷ்மி, ஹூப்ளி.

நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்

கொழுக்கட்டை டிப்ஸ்...

ஊறவைத்து, களைந்து, உலர்த்தி, அரைக்கப்பட்டு, பதப்படுத்திய அரிசி மாவையே கொழுக்கட்டை மேல் மாவுக்குப் பயன்படுத்தவும். கடையில் 'பேக்' செய்யப்பட்டு வரும் வரட்டு அரிசி மாவு கூடாது.

தண்ணீரில், ஒரு சிட்டிகை உப்பு, ஒரு ஸ்பூன் அரிசி மாவு போட்ட பின்பு, அதை அடுப்பில் ஏற்றி, கொதிக்க விடவும். அதன் பிறகு அரிசி மாவைப் போட்டுக் கிளறினால், கட்டி தட்டாமல் வரும்.

மாவு கிளறியதும், அதை மெல்லிய ஈரத் துணியினால் மூடி, ஒரு மணி நேரம் ஊறவிட்ட பின்பு, சொப்புக்கள் செய்யவும்.

சொப்புக்கள் செய்யும்போது ஃபேன் காற்றுப் படாமல் செய்யவும். விரிசல் விடாமல், காய்ந்து போகாமல், முனைகள் பிரியாமல் இருக்கும்.



8 ருசியோ ருசி

நளபாகச் சக்ரவர்த்தி ஜேக்கப்



புதினா கொழுக்கட்டை!

ரோஸ்லின் க்ராஸ்



தேவையான பொருள்கள் :

அரிசி மாவு - ½ கிலோ,
புதினா - 2 கட்டு,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
பச்சை மிளகாய் - 3,
கடுகு - ½ டீஸ்பூன்,
சீரகம் - 1 சிட்டிகை
தேங்காய் எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்







• செய்முறை :

★ புதினாவை சுத்தம் செய்து அத்துடன் தேவையான அளவு தண்ணீர், பச்சை மிளகாய் சேர்த்து திக்காக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

★ பதப்படுத்திய அரிசி மாவுடன் உப்பு, புதினா கலவை சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

★ அத்துடன் எண்ணெயில் தாளித்த கடுகு, சீரகம் சேர்த்துக் கலக்கி, உருண்டையாக உருட்டி ஆவியில் வேகவைத்துப் பரிமாறவும். புதுவிதமான கொழுக்கட்டை தயார்!





கொள்ளு கொழுக்கட்டை!

ஞான செல்வம்

தேவையான பொருள்கள் :

அரிசி மாவு - ½ கிலோ,
கொள்ளு - ¼ கிலோ,
வரமிளகாய்- 25 கிராம்,
கறிவேப்பிலை - 2 கொத்து,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
தேங்காய் - ¼ கப்


PSR
silks sarees salwars fabrics
Cross Cut Road Coimbatore
Bunts Hostel Road, Mangalore
www.psrandsons.com







செய்முறை :

★ சுத்தம் செய்யப்பட்ட கொள்ளினை, ஒரு மணி நேரம் ஊறவைத்து, வர மிளகாய் சேர்த்து மையாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

★ அரிசி மாவில் உப்பு அரைத்த கலவை, சிறிது தண்ணீர் சேர்த்து, கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

★ இதைச் சிறு சிறு உருண்டை அல்லது அரை நிலா வடிவில் உருட்டி, இட்லிப் பாத்திரத்தில் வைத்து ஆவியில் வேகவைத்து எடுத்துப் பரிமாறவும்.

தேவையான பொருள்கள் :

அரிசி மாவு - ½ கிலோ,
பனீர் - 1 பாக்கெட் (மசித்துக் கொள்ளவும்),
உப்பு - ருசிக்கு,
பச்சை மிளகாய் - 3 (நறுக்கியது),
கறிவேப்பிலை - சிறிது,
கொத்துமல்லி - சிறிது,
தேங்காய் எண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
கடுகு - ½ டீஸ்பூன்

செய்முறை :

★ ஒரு பாத்திரத்தில் எண்ணெய் ஊற்றிச் சூடானதும், அதில் கடுகு சேர்த்துத் தாளிக்கவும்.

★ பச்சை மிளகாய், பனீர், கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, உப்பு சேர்த்து வேக





விடவும்.

★ அரிசி மாவுடன் சிறிதளவு தண்ணீர், உப்பு சேர்த்து கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

பனீர் கொழுக்கட்டை!

ஸ்டெல்லா ஜெயகுமார்





★ இதைச் சிறு உருண்டையாக உருட்டி, அதை வாழை இலையின் மேல் வைத்து சிறிதாகத் தட்டி, அதன் நடுவில் கலவையை வைத்து மடக்கவும்.

★ இதை ஆவியில் வேக வைத்துப் பரிமாறவும்.

மக்காச்சோள கொழுக்கட்டை!

சந்திராணி ஷாம்

தேவையான பொருள்கள் :

மக்காச்சோளம் - 1,
அரிசி மாவு - ½ கிலோ,
வெங்காயம் - 1,
பச்சை மிளகாய் - 3,
உப்பு - ருசிக்கு,
கறிவேப்பிலை - சிறிது,
மிளகாய்த் தூள் - 1 டீஸ்பூன்,
மல்லித் தூள் - 1 டீஸ்பூன்,
மஞ்சள் தூள் - 1 சிட்டிகை,
கடுகு - 1 டீஸ்பூன்,
தேங்காய் எண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

★ மக்காச்சோளத்தைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

★ சூடான எண்ணெயில், கடுகு சேர்த்து பொரிந்தவுடன் பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் சேர்த்து வதக்கவும்.

★ இத்துடன் நறுக்கிய மக்காச்சோளம், உப்பு, மஞ்சள், மல்லி, மிளகாய்த் தூள் சேர்த்து வேகவிடவும்.



★ சோளம் வெந்தவுடன் அதில் கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி



சேர்க்கவும்.

★ அரிசி மாவுடன் உப்பு சேர்த்து, தேவையான அளவு தண்ணீர் சேர்த்துக் கெட்டியாகப் பிசைந்துகொள்ளவும்.

★ இதைச் சிறு உருண்டையாக உருட்டி, தட்டி அதன் நடுவில் மக்காச்சோளக் கலவையை வைத்து மடித்துக் கொள்ளவும்.

★ இதை ஆவியில் வேகவைத்துப் பரிமாறவும்.

நளபாகப் போட்டி–20 (முடிவு)

ஆகஸ்ட் 2008ல் இடம்பெற்ற போட்டியின் விடை

வந்து குவிந்த கூப்பன்களில் ரூ. 150/- பரிசு பெறும் 20 அதிர்ஷ்டசாலி வாசகர்களுக்கு வாழ்த்துகள்!

விடைகள் : 1. அவல், 2. பால், 3. நெய், 4. சர்க்கரை, 5. விளாம்பழத்து, 6. தோசை, 7. கத்திரிக்காய், 8. வடை

1. சுமலா சுப்ரமணியம், சென்னை - 91, 2. டி.எஸ். ரமா ஜி. ராஜன், சென்னை - 1, 3. எஸ். மங்கையர்க்கரசி, ஆழ்வார்குறிச்சி, 4. எஸ். சீதாலக்ஷ்மி, மதுரை -14, 5. கே. ராஜம், சின்னாளப்பட்டி, 6. அமுதா, பட்டாபிராம், 7.ஆர். மகாலக்ஷ்மி, கொல்கத்தா - 91, 8. ஆர். காமாக்ஷி, பெங்களூர் - 50, 9.செ. கற்பகலெட்சுமி, கும்பகோணம், 10. சி.ஆர்.பி. அம்பிகாதேவி, திருச்சி, 11. கே. கலாவதி, மதுரை - 1, 12. கே. நடராஜன், வேலூர் மாவட்டம், 13. எஸ். ஜெயகுமாரி, சேலம் மாவட்டம், 14. எம். புஷ்பவள்ளி, கடலூர், 15. வி. பத்மினி, சென்னை - 15, 16. வி. லலிதா, சென்னை - 95, 17. ஜி. கீதா, சேலம், 18. வி. பிரபா, திருவண்ணாமலை, 19. டி. பழனி, திருநெல்வேலி, 20. யோகம் சுவாமிநாதன், சென்னை - 94.



கீழே உள்ளவற்றை சரியாகப் பொருத்துங்கள்

1. விநாயக சதுர்த்தி	அ) பானகம்
2. கிருஷ்ண ஜயந்தி	ஆ) மாவிளக்கு
3. ஸ்ரீராமநவமி	இ) களி
4. பொங்கல்	ஈ) சுண்டல்
5. திருவாதிரைத் திருநாள்	உ) வெண்ணெய்
6. ஆடிப்பெருக்கு	ஊ) அகத்திக்கீரை
7. புரட்டாசி சனிக்கிழமை	எ) சித்ரான்னம்
8. தீபாவளி	ஏ) கொழுக்கட்டை
9. துவாதசி பாரணை	ஐ) மருந்து
10. நவராத்திரி	ஒ) கரும்பு

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

இங்குள்ள புதிரைச் சரியாகப் பொருத்தி வெட்டி மங்கையர் மலருக்கு அனுப்புங்க. குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு 150 ரூபாய் பரிசு! ஜெராக்ஸ் அனுப்பக் கூடாது!

கடைசித் தேதி : 15.9.2008

உறையின் மீது நளபாகப் போட்டி - 21 என்று குறிப்பிடவும்.

ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதி.

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : ....



அதுவும் உல்லாசமே!

வீடு, அலுவலகம் என்று இரட்டை சவாரி செய்யும் பெண்களில் நானும் ஒருத்தி. ஒரு மாதம் பிறந்ததும், உடனே காலண்டரைப் பார்த்து அந்த மாதத்தில் ஞாயிறு தவிர என்றெல்லாம் விடுமுறை நாட்கள் வருகின்றன என்று ஆர்வத்துடன் பார்ப்பேன். அந்த விடுமுறையில் கூட பண்டிகை தவிர மற்ற நாட்களில் வீட்டை சுத்தம் செய்ய வேண்டும், குழந்தைகளுக்கு வேண்டியதை வாங்க வேண்டும், 'ஜாம்' ஆகிக் கிடக்கும் குட்டி மிக்ஸி ஜார், உடைந்த குக்கர் கைப்பிடி, ஏ.ஸி. சர்வீஸ் போன்றவற்றை எல்லாம் சரிசெய்ய வேண்டும் என்று ஒரு பெரிய லிஸ்ட்டே இருக்கும். கோடை விடுமுறையில் கூட ஆஃபீஸுக்கு லீவு போட்டு விட்டு வெளியூர் செல்வதே பழக்கமாக இருந்தது. காரணம், அது ஒரு ரிலாக்ஸேஷன் என்று நான் நினைத்ததுதான்.

ஆனால், இந்தக் கோடை விடுமுறையில் இப்படி எதுவுமே இல்லாமல் ''ஜஸ்ட் லைக் தட்- சும்மாதான்'' என்று நான் பதினைந்து நாட்கள் விடுமுறை எடுத்துக் கொண்டேன்.

பள்ளி, அலுவலகம் இரண்டும் இல்லாததால் காலை நேர பரபரப்பு இல்லை. நிதானமாக எழுந்து, பேப்பர் படித்துக்கொண்டே நிதானமாகக் காப்பியை ருசித்துக் குடித்து, நிதானமாக ரசித்து, ரசித்து சமையல் செய்ய, அட! காலை வேளை இத்தனை ஆனந்தமானதா எனத் தோன்றியது. குழந்தை செய்யும் குறும்புகளை கோபப்படாமல் ரசிக்க முடிந்தது. கணவர் அலுவலகம் சென்றபின், பரபரப்பு இல்லாமல் மற்ற வேலைகளைக் கவனித்தேன்.

எப்பொழுதோ சிறு வயதில் நான் விளையாடிய டிரேட், ஸ்வீட் (ஒருவகை சீட்டு விளையாட்டு) எல்லாவற்றையும்





பஞ்சாமிர்தம்!

எள்ளுப் பாட்டி - பேச்சியம்மாள்
கொள்ளுப் பாட்டி - கோமு அம்மாள்

பாட்டி - வசந்தா
அம்மா - கல்யாணி
மகள் - ஸ்ரீமதி

என் மண்டையைத் தட்டி நினைவு படுத்திக்கொண்டு, என் பெண்ணுக்கும், அவளது சக நண்பிகளுக்கும் சொல்லிக் கொடுத்து, நானும் அவர்களுடன் சேர்ந்து விளையாடியபொழுது, மனம் குழந்தையோடு குழந்தையாக மாறியது நிஜம்.

மாலை வேளைகளில் சூடாக டிபன், காப்பி சாப்பிட்டுவிட்டு, ஷட்டில், வாக்கிங் என விறுவிறுப்பான செயல்களில் ஈடுபட, ஐந்து வயது குறைந்தது போல் உடலில் ஒரு தெம்பு வந்தது. புன்னகை மட்டுமே சிந்தி விட்டுச் சென்ற பலரிடமும், நின்று, நிதானமாகப் பேசிச் சிரித்து, அவர்கள் மூலம் இன்னும் சிலரும் எனக்கு அறிமுகமாக நட்பு வட்டம் கூடி மனத்தில் புதிய உற்சாகம் ஊற்றெடுத்தது.

வெகு நாளாக பார்க்காமல் இருந்த உறவினர்கள் வீடுகளுக்குச் சென்று, அல்லது அவர்களுடன் தொலைபேசியில் பேசி மனம் விட்டு எண்ணங்களை, சோகங்களை, சந்தோஷங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டபோது, மனமும் உடலும் அமைதியின் திசை நோக்கி அன்ன நடை போட்டன.

கணவர், குழந்தையுடன் வாக்கு வாதம், சண்டை, சச்சரவு, ம்ஹூம்! எட்டியே பார்க்கவில்லை எதுவும்.

என் பெற்றோர்கள் அமெரிக்காவிலிருக்கும் என் தம்பியின் வீட்டுக்குச் செல்லும் ஏற்பாட்டில் இருந்தார்கள். அவர்கள் ஊருக்குக் கிளம்புவதற்கு சில நாட்கள் முன்பாக, சிறு சிறு உதவிகள் செய்து, பேக்கிங் செய்து கொடுத்து, மருத்துவரிடம் அழைத்துச் சென்று உறு துணையாக இருந்ததில் திருப்தியாக இருந்தது.

சும்மாதான் என்று நான் வீட்டில் இருந்த அந்த பதினைந்து நாட்களும் சுகமான நினைவுகளே!

- ஆர். சாதனா, சென்னை - 15.

தாம்பூலம் தரும் போது...

பணக்காரர், ஏழை, உறவினர்கள், சிநேகிதிகள் என்று வேறுபாடு பார்க்காமல், எல்லோருக்கும் சமமாக தாம்பூலத்தில், தேங்காய் (அ) பழம் (அ) பரிசுப் பொருள் என்று வைத்துக் கொடுங்கள். பராசக்தியின் அருள் நிறையும்.

- கே. ராஜலக்ஷ்மி,
நங்கநல்லூர்.



ஆஹா 50!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

மூவி காமரா இருப்பவர்கள் உங்களுடைய கொலுவை மூவி எடுத்து www.youtube.com ல் அப்லோட் செய்யலாம். உலகின் எல்லா மூலைகளிலும் இருக்கும் நம் நண்பர்கள், உறவினர்கள் பார்க்க வசதியாக இருக்கும்.

- ஆனந்தி ராஜன், பெங்களூர்.

ஒரு கப் பொரி கடலையை நைசாகத் திரிக்கவும். பின், ஒரு கப் சீனியை நைசாகத் திரிக்கவும். இரண்டையும் கலந்து, பொடியாக நறுக்கிய முந்திரிப் பருப்பை நெய்யில் வறுத்துப் போட்டு, ஏலப்பொடி சேர்த்து, தேங்காய்ப்பால் விட்டு உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும். செய்ய ஈஸி; சுவைக்க படு ருசி!

– என். கோமதி, நெல்லை – 7.

கொலுப்படியின் ஒருபுறம் பார்க் வைத்தால் மறுபுறம் வண்ணக் கோலங்கள் போட்டு அலங்கரிக்கலாம்.

- ஆர். ராஜலக்ஷ்மி, ஹுப்ளி.

எலுமிச்சம் பழத்தைப் பிழியும் போது கண் கரண்டியின் (ஜல்லிக் கரண்டி) மேல் பிழிந்தால், விதைகள் கரண்டியில் தங்கிவிடும். சாறு மட்டும் பாத்திரத்தில் இறங்கும்.

ஆர். ஷோபா ராம்குமார்,
மதுரை.

வாழையிலையில் 'பினாலிக்ஸ்' என்னும் இயற்கை சத்து உள்ளது. இது வாழையிலையில் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வருபவர்களுக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அளிக்கிறது என ஓர் ஆராய்ச்சி முடிவு தெரிவிக்கின்றது.

- வி. ரமாதேவி, நாகர்கோவில்.

மளிகை சாமான் வாங்கியதும் ஒவ்வொரு மாதமும் சரிபாருங்கள். சில நேரங்கள் கூட்டுத் தொகை தவறாக வாய்ப்புண்டு. முன் மாதம் வாங்கிய மளிகை சீட்டோடு ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால் நமக்கும் விலைவாசி நிலவரமும் தெரியும்.

- ஜி. ஜானகிராமன்,
திருக்கோவிலூர்.



ஜனத்ஜனனியான பரதேவதை சகல சிருஷ்டிகளுக்கும் ஆதியாக விளங்குகிறாள். இச்சா சக்தி, ஞான சக்தி, க்ரியாசக்தி ஆகிய மூன்று சக்திகளுக்கும் ஆதி சக்தியாக விளங்கும் லலிதாதேவியின் ஆராதனை மகோத்ஸவ காலம்தான் நவராத்திரி!

தேவியருக்கு

அந்தந்த குலத்தில் அவரவர் சம்பிரதாயப்படி இந்த நவராத்திரி பூஜையைச் செய்கிறார்கள். இருப்பினும், நவராத்திரி ஒன்பது நாட்களிலும் அம்பாளுக்கு உகந்ததாகக் கூறப்படும் வஸ்துக்கள் என்னென்ன தெரியுமா?

★ முதல் நாள் தேவிக்கு கூந்தல் அலங்காரத்திற்கு உரிய திரவியங்கள்

★ இரண்டாவது நாளில் சுகந்தமளிக்கும் தைலங்கள், வஸ்திரங்கள், மங்கள சூத்திரங்கள்.

★ மூன்றாவது நாளில் தர்ப்பணாலங்காரம் என்று கூறப்படும். கண்ணாடி, சிந்தூரம்



ஆகியவை.

★ நான்காவது நாளில் மதுபர்க்கம், திலகம் மற்றும் கண் மை போன்றவை.

★ ஐந்தாவது நாளில் அங்கங்களில் பூசிக் கொள்ளும் திரவியங்கள் மற்றும் அணிகலன்கள்

★ ஆறாவது நாளில் வில்வ மரத்தடியில் அம்பாளை எழுந்தருளச் செய்தல் அல்லது வில்வங்களால் அலங்கரிக்க வேண்டும்.

★ ஏழாவது நாளில் கோஷங்களுடன் அம்பாளை ஆடிப்பாடி மகிழ்விக்க வேண்டும்.

★ எட்டாவது நாள் உபவாசம் இருந்து நம் சக்திக்கு ஏற்றவாறு அம்பாளை பூஜிக்க வேண்டும்.

உகந்தவை!





★ ஒன்பதாம் நாள் சண்டியை தியானித்து பூஜை முறைகளை செய்து முடித்து பூசணிக்காய், குங்குமம் சேர்த்து வாசலில் உடைக்க வேண்டும்.

★ பத்தாம் நாள் புனர்பூஜை செய்ய வேண்டியது அவசியம்.

அம்பாளின் திவ்ய நாமங்கள்!

1. எழுபத்து இரண்டு மந்திரங்களால் செய்த யந்திரத்தில் கொலுவீற்றிருப்பதால் 'மந்திர பீடேஸ்வரி'

2. தன்னை நம்பி அடைக்கலம் அடைந்தவர்களுக்கு சர்வமங்களத்தையும் அருளுவதால் 'ஸ்ரீமங்களாம்பாள்.'

3. கிடைக்கப் பெறாத மேன்மையெல்லாம் அவளருளால் கிடைப்பதால் 'துர்கடார்த்தப்ரதா'.

4. தோஷம் உண்டானவர்களிடமிருந்து பூதகணங்களை விரட்டுவதால் ''கணபேதிநீ''

5. மேலான, அவளது தரிசனம் கிடைத்தவுடன் வியாதிகள் விலகுவதால் ''ருக்விபேதிநீ''

6. பக்தன் யாசிக்கும் மாத்திரத்தில் அவனுடைய தேவைகளை உடனுக்குடன் அளிப்பதால் 'ஸர்வேப்ஸிதப்ரதா.'

மேற்கண்ட திவ்ய நாமங்களால் தேவர்களும், முனிவர்களும் ஸ்ரீ அம்பாளை ஆராதித்தனர்.

- மாலதி சந்திரசேகரன்



யைக் குழந்தை புரிந்துகொள்ளும். தாயும் சரி, மற்றவர்களும் சரி, அழுத்தமாகத் தொட்டுக் கசக்குவதால் குழந்தை எரிச்ச லடையும். பூப்போல அதைக் கையாள வேண் டும்.

குழந்தைக்குப் பார்வை யுணர்ச்சி புரியத் தொடங் கியதும், தன்னைச் சுற்றி இருக்கும் மனிதர்களை யும், பொருட்களையும் மனதில் படம்பிடித்துக் கொள்கிறது. அதனால், தினமும் புதிய புதிய பொருட்களை அறிமுகப் படுத்துவது நம் கடமை. வெயில், மழை, காற்று

உங்கக் குழந்தைக்கு

சிலர் உயிரற்ற பொருளைக் கையாள்வதைப் போலவே சிறு குழந்தைகளையும் நடத்துவார்கள். பாத் திரம் தேய்ப்பதைப் போல அதைக் குளிப்பாட்டுவதையும், வேளைக்கு ஆகாரம் கொடுத்து விட்டுத் தூங்குமாறு இம்சை செய்வதையும் பார்க்கச் சகிக் காது. குழந்தையும் நம்மைப் போல உயி ருள்ள பிரஜை. அதற்கும் உணர்ச்சிகள் இருக்கின்றன என்பதை உணர வேண் டும்.

இந்தக் காலத்துத் தாய்மார்கள் செல் போனில் பேசிக் கொண்டு குழந்தைக் குப் பாலூட்டுவதைத் தவிர்க்க வேண் டும். இதமாக வருடிக் கொடுத்தவாறே பாலூட்டினால்தான் தொடுதல் உணர்ச்சி

என்ற இயற்கைச் சூழலுக்குக் குழந்தை பழக வேண்டும். மேலும், கண்ணைக் கவரும் பொருட்கள், சப்தம் எழுப்பும் பொருட்களையும் குழந்தை தன் நினை வில் பதிந்து கொள்ளும்.

அதனால் கடனேயென்று வாக்கிங் போகும்போது, கையில் எடுத்துக் கொண்டோ ஸ்டராலரில் வைத்துத் தள்ளிக் கொண்டோ போகாமல், பொருட்களைப் பேச்சின் மூலமும் குழந் தைக்குப் புரியவைக்க வேண்டும். குழந்தை மகிழ்ச்சியாக உணரும் தரு ணங்களில் அதிக நேரம் அந்தச் சூழ் நிலையில் இருக்க வைக்க வேண்டும். அழுகை, உடம்பை முறுக்கிக் கொள்ளு தல் என்று குழந்தை தன் விருப்பமை

யைக் காட்டினால் விட்டுவிட வேண்டும்.

குழந்தை அழுதால் உடனே அதன் வாயில் பால்புட்டியைத் திணிக்கக் கூடாது. ஆகாரம் கொடுத்து கொஞ்ச நேரம் ஆகியிருந்தால் மட்டுமே, அது பசிக்கான அழுகை. இல்லாவிட்டால் குழந்தைக்கு வேறு ஏதோ அவஸ்தை என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும். விளையாட்டுப் பொருட்களைக் காட்டியோ, வெளியில் சென்று வேடிக்கை காட்டியோ சூழ்நிலையை மாற்ற முயற்சி செய்யலாம். அப்போதும் குழந்தை விடாமல் அழுது கொண்டிருந்தால் எறும்பு, பூச்சி ஏதாவது கடித்திருக்கிறதா என்று பார்க்க வேண்டும். எதுவும் சரிப் படாவிட்டால் தாமதிக்காமல் டாக்டரிடம் அழைத்துச் செல்ல வேண்டும்.



ஒரு வயசுக்குள்ளா?

குழந்தைக்கு மூன்று மாதங்கள் கடந்ததுமே, விளையாட்டில் அதிக ஆர்வம் காட்டும். எப்போதும் தூக்கி வைத்துக் கொண்டே இருப்பதும், தொட்டிலில் போட்டு ஆட்டி மணிக் கணக்காக முயற்சி செய்து தூங்க வைப்பதும் நல்லதல்ல.

டீவி சத்தம், மற்றும் வண்ணம் குழந்தையை ஈர்க்கிறது என்பதற்காக, டீவியை 'ஆன்' செய்து விட்டு, குழந்தையை அங்கே படுக்கப் போட்டு விட்டு, வீட்டு வேலைகளைப் பார்ப்பதை தாய்மார்களும், குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்பவர்களும் கடைப்பிடிக்கிறார்கள். அது மிகத் தவறு. டீவியில் பாதி நேரம் விளம்பரங்களும், மீதி நேரம் அழுமூஞ்சி சீரியல்களுமே இடம் பெறுவதால் குழந்தை அதிக சத்தத்தினாலும், அடிக்கடி மாறும் வண்ணங்களாலும் அவதிப்படும்.

குழந்தையைப் பெரிய மனிதன் போலவும் சமயங்களில் நடத்த வேண்டும். பால் குடிக்கறியா, தூங்கறியா, விளையாடலாமா என்று அதன் விருப்பத்தைக் கேட்டு நடக்க வேண்டும். வாயைத் திறந்து பதிலா சொல்லப் போகிறது என்று நினைக்க வேண்டாம். கண்களில் மலர்ச்சியைக் காட்டியோ, கை, கால்களை அசைத்தோ, சப்தங்களை எழுப்பியோ குழந்தை விருப்பத்தைத் தெரிவித்து விடும் அல்லது அழுதோ, தட்டிவிட்டோ தன் விருப்பமின்மையைத் தெரிவித்துவிடும்.

முயற்சி செய்யுங்க. ஒரு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளைப் புரிந்து கொண்டு நடப்பது எளிதான காரியம்தான்!

- சி.எஸ். சித்ரா, கோயமுத்தூர்.



அந்தத் திருப்தி

செப்டெம்பர் ஐந்தாம் தேதி கொண்டாடப்படும் ஆசிரியர் தினத்தையொட்டி இந்த மாதம் 'எங்க வாழ்க்கை' பகுதியில் பள்ளிகளில் பணியாற்றும் ஆசிரியைகள் தங்கள் வாழ்க்கையைப் பற்றி மனம் திறந்து பேசுகிறார்கள்.

★ உலகிலேயே ஆசிரியைப் பணியை மிகவும் புனிதமானது. நற்குணங்களுடன் ஒரு குழந்தை வளர்வதில் பெற்றோர்களுக்கு இணையான பொறுப்பு ஆசிரியர் பணியில் இருப்பவர்களுக்கு உள்ளது. இயற்கையிலேயே பொறுமையும், குழந்தைகளை நல்லபடியாக வளர்க்க வேண்டும் என்ற அக்கறையும் அமைந்திருப்பதால் ஆசிரியர் வேலைக்கு மிகவும் பொறுத்தமானவர்கள் பெண்கள்தான். ஆனால் யதார்த்தத்தில் இன்று ஐ.டி., வங்கி போன்ற வேலைகளுக்குப் போகிற பெண்களுக்கு மத்தியில், எங்களைப் பார்த்தால், ''ஸ்கூல் டீச்சரா?'' என்று இளக்காரமாகத்தான் கேட்கிறார்கள்.

★ ஒரு பெற்றோருக்கு, அவர்களது குழந்தை ஒரு முறை எஸ்.எஸ்.எல்.சி.யிலோ, பிளஸ் டூவிலோ நல்ல மார்க் வாங்குவது என்பது வாழ்க்கையில் ஓரிரு முறை மட்டுமே கிடைக்கிற சந்தோஷம். ஆனால் டீச்சர்களுக்கு அப்படி இல்லை. வருஷா வருஷம் அந்த சந்தோஷம் கிடைக்கிறது. அதே போல, தன்னிடம் படித்த மாணவனை மறுபடி





கிடைக்குமா?

பெரிய அந்தஸ்தில் பார்க்கிற போது, அந்த டீச்சருக்கு ஏற்படும் சந்தோஷம் நெகிழ்ச்சியூட்டும்! சொல்லப் போனால், மாணவர்களுக்கு, கல்லூரி ஆசிரியைகளை விட, பள்ளிக்கூட ஆசிரியைகள் மீது தான் அதிகம் பாசமும், மரியாதையும் இருக்கிறது.

★ இன்று நாடு முழுவதும் முழுமையான ஈடுபாட்டுடன் பணியாற்றும் ஏராளமான ஆசிரியர்களும், ஆசிரியைகளும் இருக்கிறார்கள். ஆனால் பள்ளிக்கூட நிர்வாகங்களும் சரி அவர்களுடைய பணியை முறையாக அங்கீகரிப்பதில்லை. மாநில, மத்திய அரசுகளும் கூட ஆண்டுக்கு ஒருசிலருக்குத்தான் நல்லாசிரியர் விருது கொடுத்து கௌரவிக்கிறார்கள்.

★ மற்ற துறைகளுடன் ஒப்பிடும்போது சம்பளம் குறைவுதான். அரசாங்கப் பள்ளிக்கூடங்களிலாவது பரவாயில்லை. தனியார் பள்ளிக்கூடங்களில் டிகிரி படித்து விட்டு, ஆசிரியர் பயிற்சி முடித்து வரும் ஆசிரியைகளுக்கு இரண்டாயிரம் ரூபாய் கூட சம்பளம் தருவதில்லை. சம்பளம் குறைவு என்று குரல் கொடுத்தால் வேலையை விட்டு அனுப்பிவிடுவார்கள்.

★ இருபது, முப்பது வருடம் முழு ஈடுபாட்டுடன், ஆர்வமுடன் ஆசிரியையாக வேலை பார்த்த, பார்க்கிற பெண்மணிகளை இன்று நிறைய பார்க்க முடியும். ஆனால், இன்றைய இளையதலைமுறையினர் டீச்சர் வேலைக்கு வருவதில்லை. வந்தாலும் அந்த அளவுக்கு ஈடுபாட்டுடன் வேலை பார்ப்பதில்லை. அவ்வளவு நீண்ட காலம் வேலை பார்ப்பார்கள் என்ற நம்பிக்கையும் இல்லை.

★ டீச்சர் வேலை பார்ப்பது என்பது இன்றைய சூழ்நிலையில் சுலபமானது





“மாணவர்களை அடித்து, துன்புறுத்தி சந்தோஷப்படும் கொடுமைக்காரர்கள் போல, சில பெற்றோர்கள் ஆசிரியர்களைப் பார்ப்பது கண்டனத்துக்குரியது!”

இல்லை. இந்தக் காலத்து மாணவ, மாணவிகள் விவரமானவர்கள். எதையாவது சொல்லி ஒப்பேத்திவிட முடியாது. அதுவும் இல்லாமல் இன்று பாடத்திட்டம் ரொம்பவும் அதிகமாகி விட்டது. முன்னதாகவே திட்டமிட்டு, அதற்காக நாங்கள் முறையாக தயார் செய்ய வேண்டும். ஒரு டீச்சருக்கு சரியாகப் பாடம் நடத்தத் தெரியாது என்று மாணவர்கள் மனத்தில் பதிந்து விட்டால், அதன் பிறகு அவர்களது மரியாதையைப் பெறுவது மிகவும் சிரமமான காரியம்.

★ அந்தக் காலத்தில் வாத்தியார் என்றால் கையில் பிரம்புடன் வகுப்புக்கு வருவார் என்று இருந்தது. பிரச்னைக்குரிய மாணவர்களை ஆசிரியர்கள் அடிப்பது என்பது மிகவும் சகஜமான விஷயம். ஆனால், இன்று நிலைமை மாறிவிட்டது. மாணவர்களை பிரம்பால் அடிப்பது சட்டப்படி குற்றமாகக் கருதப்படுகிறது. பெற்றோர்களும் என் குழந்தையை எப்படி நீங்கள் அடிக்கலாம் என்று சண்டைக்கு வந்து விடுகிறார்கள்.

★ அண்மையில் கேரளாவில் செல்போன் தடைசெய்யப்பட்ட ஒரு பள்ளிக்கூடத்தில் மாணவிகளை சோதனையிட்டார்கள் என்பதற்காக ஒரு மாணவி ஏதோ மருந்து குடித்து விட்டாள். ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து, அந்தப் பெண்ணைக் காப்பாற்றி விட்டார்கள் என்றாலும்கூட, பரிசோதனை செய்த இரண்டு ஆசிரியைகள் மீதும் வழக்கு போட்டிருக்கிறது போலிஸ். இதை எல்லாம் பார்க்கிறபோது, ஸ்கூல் டீச்சர் வேலை எவ்வளவு ஆபத்தானது என்று புரியும்.

★ டீச்சர் வேலை ஒன்றும் சுலபமில்லை. நாள் முழுக்க பாடம் நடத்திக் கொண்டிருக்க வேண்டும். ஒரு வகுப்புக்கு முப்பது மாணவர்கள் இருக்கணும் என்பார்கள். ஆனால் பல பள்ளிக்கூடங்களில் வகுப்புக்கு நாற்பது, ஐம்பது என்பது சகஜம். இன்னும் சில பள்ளிக்கூடங்களில் ஒரு டீச்சரே, இரண்டு வகுப்புகளை கவனித்துக் கொள்ள வேண்டி இருக்கும்.

★ சினிமாக்களில், பொதுவாகவே, பள்ளிக்கூட ஆசிரியர்களை கௌரவமாகக் காட்டுவதில்லை. எது எப்படியானாலும், டீச்சர் வேலையில் கிடைக்கிற மனத்திருப்தி, ஆயிரக்கணக்கில் சம்பாதிக்கும் மற்ற வேலைகளில் கிடைக்குமா?

தொகுப்பு : எஸ். சந்திரமௌலி
படங்கள் : ஸ்ரீஹரி

கோதானத்திற்கு மிஞ்சி ஒரு புண்ணியமும் இல்லை. பரிகாரத்துக்கு அதுவே பெரிய மருந்து

முன்னோர்கள் நினைவாக மஹாளய அமாவாசை அன்று (28-9-2008)

ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சார்யா தலைமையில் கோதானம் செய்து பித்ருக்களின் ஆசிர்வாதத்தை பெற்று

அனைத்து தோஷங்களில் இருந்தும் நிவர்த்தி பெற அன்புடன் அழைக்கிறோம்

முன்னோர்கள் நினைவாக மஹாளய அமாவாசை அன்று அனைத்து தோஷங்களில் இருந்தும் விடுபடவும், முன்னோர்களின் ஆசி வேண்டியும் கோதானம், மகிஷ (எருமை) தானம், காராம் பசு தானம், பசுமடத்தில் நடைபெறுகிறது. யாகங்கள் செய்து, யோகங்கள் சேர்ப்பதில் வல்லவரும் ஹோமங்கள் செய்து க்ஷேமங்கள் குவிப்பதில் வல்லவரும், பித்ரு தோஷ நிவர்த்திக்கு விருட்ச பரிகாரம் சொல்பவருமான ஜோதிட சிம்மம் ஸ்ரீயோக ஆஞ்சநேய சக்தி பீடாதிபதி விருட்ச சாஸ்திர வித்வான் பூஜ்ய ஸ்ரீ ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சார்யா தமது வேத வித்வான்களின் குழுவுடன் கோதான பூஜை, கோபூஜை செய்ய உள்ளார். இதில் அனைவரும் கலந்து கொண்டு பித்ருக்களின் ஆசியை பெற்று தோஷ நிவர்த்தி பெற அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

கோதானம் செய்வது ஓராயிரம் அஸ்வமேத யாகம் செய்த பலனை கொடுக்கும்

கோதானம் (பசுவும் கன்றும்) செய்தால் ஜாதக ரீதியான தோஷம், பித்ரு தோஷம், புத்ர பாக்கியம், தடைபட்ட திருமணம் கைகூடும். குடும்பத்தில் மங்கல நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். கோதானம் செய்ய ரூ.9,000/-

காறாம் பசு (பசுவும் கன்றும்) தானம் செய்தால் நவக்கிரஹ தோஷம், சனி தோஷம், நாக தோஷம் ஆபிசார தோஷம், வாஸ்து தோஷம் மற்றும் அனைத்து தோஷங்களும் விலகும். காறாம் பசு தானம் செய்ய ரூ.9,500/-

மகிஷ தானம் (எருமையும் கன்றும்) செய்தால் நோய் பாதிப்பால் பயம், வாகன விபத்து, தீய சக்தியால் ஏற்படும் பயம், வியாபாரம். உத்யோகத் தடை நீங்கும். ஆயுள் விருத்தி அடையும். மகிஷ தானம் செய்ய ரூ.10,500/-

மேற்கண்ட தானம் செய்ய (Cheque/DD/MO மூலமாக) **Sri Ghosala Seva Trust, Chennai** என்ற பெயரில் கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி மஹாளயபக்ஷ அமாவாசை அன்று நடைபெறும் கோதானத்தில் கலந்து கொண்டு நடமாடும் தெய்வமாகிய கோமாதாவின் பேரருளை பெற அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

மேற்கண்ட தானம் செய்பவர்களுக்கு பித்தளையிலான பெரிய கோமாதா விக்ரஹமும் வெள்ளியிலான ஐஸ்வர்ய பெருமாள் விளக்கும் அனுப்பி வைக்கப்படும்



நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின் படி வரி விலக்கு உண்டு

பசுமடம்

வயதான பசுக்கள் பாதுகாப்பு இல்லம்

(Recognised by Animal Welfare Board of India)

பெருமாளகரம், திருவேற்காடு (P.O), சென்னை-77 போன்: 044 -3299 9888



ஏன் சென்றாய் என் அப்பத்தா...?

சாதாரணமாய்க் கடந்து செல்லும்போது கூட
சொன்னதில்லை ஒரு வார்த்தை!
உன்னைக் கண்டதும் மென்மையாய்
ஒரு சிறு புன்னகை கூட பூத்ததில்லை!
அவசர உலகத்தில் அவரவர் கவலையில்..
ஒரு நாளும் கேட்டதில்லை..
நீ கடந்து வந்த பாதைகள்
நீ சுமந்து நின்ற பாரங்கள்
நீ சொல்ல நினைத்த கதைகள்
எப்பொழுதாவது கூப்பிட்டால்
அலுத்துக் கொண்ட என் மனமும்
அலட்சியம் செய்த என் உடம்பும்...
இப்பொழுது அலைக்கழிக்கின்றன
தவிக்க விட்டுச் சென்று விட்டாய்
திரும்பி வராத இடத்திற்கு
கண்ணீர் விட்டுக் கதறினாலும்
என் குரல் கேட்குமோ உனக்கு?
ஏன் சென்றாய் என் அப்பத்தா?
தேக்கி வைத்த அன்பையெல்லாம்
சேர்த்து வைத்துக் காத்திருப்பேன்
உன் வருகைக்காக
மீண்டும் பிறப்பாயோ
என் மகனாய் அப்பத்தா?

ரம்யா செந்தில் ஷண்முகம்,
மஸ்கட்.



சமையல் போட்டி

குக்கரி



கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் : உளுந்து + சின்ன வெங்காயம்



ஆனியன் ஸ்டீம் பேக்

தேவை :

ஊறவைத்த முழு உளுந்து - 1 கப்,
சின்ன வெங்காயம் - 10,
தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப்,
கேழ்வரகு மாவு - 1 கப்,
அரிசி மாவு - ½ கப்,
மிளகு, சீரகம் பொடித்தது - ½ ஸ்பூன்,
முந்திரிப் பருப்பு - 6,
கறிவேப்பிலை, இஞ்சி- சிறிது,
நெய் - 50 கிராம்,
வட்ட வடிவ வாழையிலை - 5.
தேவையான அளவு உப்பு.

செய்முறை :

ஒரு பாத்திரத்தில் ஊறவைத்த முழு உளுந்து, சின்ன வெங்காயம், பொடித்த மிளகு, சீரகம், தேங்காய்த் துருவல் ஆகியவற்றுடன் முந்திரிப் பருப்பை ஒன்றிரண்டாக ஒடித்துப் போட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். இவற்றுடன் ஒரு கப் கேழ்வரகு மாவையும், அரிசி மாவையும் வறுத்து சேர்த்துக் கொள்ளவும். கறிவேப்பிலை, இஞ்சியைத் துகள்களாக்கி, தேவையான உப்பு கலந்து, புட்டுக்குப் பிசைவது போலக் கலந்து, நன்கு உதிரியாக்கிக் கொள்ளவும்.

ரூ.250/- பரிசு பெறும் ரெஸிபிகள்!







க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி முடிவுகள்!

புட்டு உதிரியை, ஒன்றிரண்டு ஸ்பூன் நெய் கலந்து நன்கு விரவி விடவும்.

அடுத்து, வட்ட வடிவ வாழை இலைத் துண்டுகளில் நெய் தடவி கலவையைப் பரப்பி வைக்கவும். இட்லித் தட்டில் ஒன்றன் மீது ஒன்றாக இலை மீது பரப்பியுள்ள கலவையோடு அடுக்கி வைத்து, ஒருசில நிமிட நேரம் ஆவியில் வேகவைத்து, இலையோடு மெதுவாக எடுத்து, சூடாகப் பரிமாறவும்.

- கி. பானுமதி, குரோம்பேட்டை.

ஸ்பெஷல் ரைஸ்

தேவை :

உளுத்தம் பருப்பு - 50 கிராம்,
புழுங்கலரிசி (அ) பச்சரிசி - 1 தம்ளர்,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 பெரிய கிண்ணம்,
வறுப்பதற்கு :
சின்ன வெங்காயம் - 8,
சீரகம் - 1 ஸ்பூன்,
வரமிளகாய் - 3,
மஞ்சள் பொடி - சிறிது.
தாளிப்பதற்கு :
கடுகு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை,
நல்லெண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
உப்பு - ருசிக்கேற்ப.



செய்முறை :

அரிசியையும், உளுத்தம் பருப்பையும் ஒன்றாகக் கலந்து இலேசாக வறுத்து வைக்கவும். பிறகு தண்ணீர் விட்டுக் களைந்து நீரை வடித்து வைக்கவும்.

மிளகாய், சீரகம் இரண்டையும் எண்ணெயில் வறுத்து எடுத்த பிறகு சின்ன வெங்காயத்தை தோல் உரித்து ஒரு வதக்கு வதக்கி எடுக்கவும்.

மிக்ஸியில் மிளகாய், சீரகம், மஞ்சள் பொடி, தேங்காய் சேர்த்து அரைக்க, மசாலா ரெடி!



குக்கரி க்வீன்

போட்டிக்கு வந்து குவிந்த சமையல் குறிப்புகளைப் பொறுமையாக அலசி, சிறந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்துத் தந்த திருமதி. பானுமதிக்கு நன்றி!

குக்கரை அடுப்பில் வைத்து நல் லெண்ணெயை ஊற்றிக் காயவிடவும். கடுகு, மிளகாய், காயம் தாளிக்கவும். அரைத்து வைத்துள்ள சின்ன வெங்காய மசாலாவைச் சேர்த்துக் கிளறிய பிறகு அரிசி, உ. பருப்பைச் சேர்த்து ஒன்றாகக் கிளறவும். இரண்டரை மடங்கு தண்ணீர் சேர்த்துக் கிளறவும். உப்பைச் சேர்த்து, குக்கரை மூடி விடவும். இரண்டு விசில் சப்தம் வந்தவுடன் இறக்கவும்.

பத்து நிமிடம் கழித்து மூடியைத் திறக்கவும். 'பொலபொல' என்றிருக்கும் ஸ்பெஷல் ரைஸ் தயார்.

- அனுராதா மணிவண்ணன், கோவை.

பிட்டி பூரி

தேவையான பொருள்கள் :

சின்ன வெங்காயம் - ¼ கிலோ,
வெள்ளை உளுந்து - ¼ தம்ளர்,
வரமிளகாய் - 4,
கடுகு - ¼ டீஸ்பூன்,
மைதா - 2 தம்ளர்,
உப்பு - சிறிது,
எண்ணெய் - 300 கிராம்,
புளி - சிறிது.

செய்முறை :

புளியை ஊறவைக்கவும். சின்ன வெங்காயத்தைத் தோலுரித்து நறுக்கிக் கொள்ளவும். ஒரு வாணலியில் ஒரு கரண்டி எண்ணெய் ஊற்றி, கடுகு தாளித்து, உளுந்து சேர்த்து, வரமிளகாய் போட்டுச் சிவக்க வறுக்க வும். அதைத் தனியாக எடுத்து வைத்து விட்டு, ஒரு டீஸ்பூன் எண்ணெய் ஊற்றி வெங்கா யத்தை வதக்கவும். கூடவே புளியையும் போடவும். உப்பு சேர்க்க வும். உளுந்து, வரமிளகாய், வெங்காயம் இவற்றை ஆறினதும் தண்ணீர் சேர்க்காமல் கெட்டி யாக அரைத்து ஃப்ரிஜ்ஜில் வைக்கவும்.



இப்பொழுது மைதாவை உப்பு சேர்த்து கெட்டியாக பூரிக்கு மேல் மாவு பிசையவும். பிசைந்த மாவை உருண்டை களாக உருட்டிக் கொள்ளவும். ஃப்ரிஜ்ஜி லிருந்து உளுந்து, வெங்காய விழுது எடுத்து அதையும் சிறு சிறு உருண்டை களாகப் பிரித்துக் கொள்ளவும். ஒவ் வொரு மைதா மாவு உருண்டைக்குள், மசாலா விழுது (பிட்டி) வைத்து இலே சாக இட்டு, காய்ந்த எண்ணெயில் போட்டுப் பூரிகளாகப் பொரிக்கவும்.

- ஜெயஸ்ரீ சாய்நாத், புனே.

உளுந்து குழம்பு

தேவையான பொருள்கள் :

முழு கறுப்பு உளுந்து - 2 கப்,
ஊறிய கொத்துக்கடலை - 1 கப்,
பொடியாக நறுக்கிய தக்காளி - 1 கப்,
தேங்காய்ப்பால் - 1 கரண்டி,
இரண்டாக நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - ½ கப்,
புளிக்காத தயிர் - 1 கப்,
நெய் - 1 ஸ்பூன்,
நறுக்கிய பூண்டு - 2 ஸ்பூன்,
நறுக்கிய இஞ்சி - 1 ஸ்பூன்,
சீரகம் - 1 ஸ்பூன்,

வருவது பண்டிகைக் காலம். விருந்தினர் வருகை அதிகம் இருக்கும். வீட்டில் யூஸ் அண்ட் த்ரோ தம்ளர் மற்றும் பிளேட்டுகளை வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் உபயோகமாக இருக்கும். கழுவும் நேரம்+தண்ணீர் மிச்சமாகும்.

- மீனாட்சி குருராஜ்,
விழுப்புரம்.

மிளகாய்ப் பொடி - 2 ஸ்பூன்,
நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் - 2,
கரம் மசாலா - ½ டீஸ்பூன்,
மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன்,
எண்ணெய், உப்பு, நறுக்கிய கொத்துமல்லி - தேவையானது.

செய்முறை :

உளுந்தை வாசனை வரும் வரை வறுத்து, ஊறிய கடலை, மஞ்சள் தூள், தக்காளி எல்லாம் சேர்த்து, குக்கரில் குழைய வேகவைத்து எடுத்து இலேசாக மசிக்கவும். அதில் தயிர் சேர்த்து அடுப்பில் வைக்கவும்.

ஒரு வாணலியில் நெய் விட்டு வெங்காயத்தைச் சிவக்க வதக்கி எடுக்கவும். எண்ணெய் விட்டு சீரகம் தாளித்து பூண்டு, இஞ்சி, மிளகாய் போட்டு வதக்கிய பின் மிளகாய்ப் பொடி, கரம் மசாலாப் பொடி உப்பு போட்டு, குழம்பில் கொட்டவும். வதக்கிய வெங்காயத்தைப் போட்டு, நன்றாகக் கொதித்ததும் தேங்காய்ப் பால், கொத்துமல்லித் தழை போட்டுக் கலந்து இறக்கவும். சப்பாத்திக்குத் தொட்டுக்கொள்ள சூப்பராக இருக்கும்!

- லக்ஷ்மி ஸந்தானம்,
ஸ்ரீரங்கம்.

தால் பஹார்

தேவையான பொருள்கள் :
முழு உளுந்து 1 கப் - 2 மணிநேரம் ஊறவைத்தது,
புளிக்காத கெட்டித் தயிர் - 1 கப்,
தண்ணீர் - 5 கப்,
வெங்காயச் சட்னி - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
மஞ்சள் பொடி - சிட்டிகை,
உப்பு - ருசிக்கேற்றவாறு,
எலுமிச்சம் பழ ஜூஸ் - 2 டீஸ்பூன்,
கொத்துமல்லி இலை - சிறிது.

வெங்காயச் சட்னி செய்முறை :
சிறிய வெங்காயம் - 10,
பூண்டு - 2 பல்,
தனியா பவுடர் - ½ டீஸ்பூன்,
சீரகப் பவுடர் - ½ டீஸ்பூன்

இவை அனைத்தையும் சேர்த்து நீர் விட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும்.

தயிருடன் 1 கப் தண்ணீர் சேர்த்து நன்றாகக் கரைத்து, மஞ்சள் பொடியும், வெங்காயச் சட்னியையும் சேர்த்து, கலந்து தனியாக வைக்கவும். 4 கப் தண்ணீரை அடிகனமான பாத்திரத்தில் கொதிக்கவிடவும். கொதி வந்தவுடன் உளுந்தும், உப்பும் சேர்க்கவும். மற்றொரு கொதி வந்ததும், மூடாமல் 10 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும். ஒருதரம் கரண்டியால் கலந்து, மூடி, சூட்டை மீடியமாக வைத்து 20 நிமிடங்கள் கொதிக்கவிடவும். இறக்கி 10 நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

தயிர்க் கலவையைச் சேர்த்து, மிதமான சூட்டில் 10 நிமிடங்கள் வைக்கவும். உளுந்தும், தயிர் கலவையும் சேர்ந்துவிடும். லெமன் ஜூஸைச் சேர்த்து கொத்துமல்லியைப் பொடிதாக நறுக்கி மேலே தூவவும்.

- ரேவதி சங்கர், குஜராத்.



புராணக் குறிப்புகளின்படி, 'வைஷ்ணவ் தேவி' முப்பெரும் தேவியரால் உருவாக்கப்பட்டவள். தன்னை உருவாக்கிய பார்வதி, சரஸ்வதி, லக்ஷ்மி இவர்களின் சக்தியைத் தானும் பெற வேண்டி, ஒரு வனக் குகையில் வைஷ்ணவ தேவி தவமிருக்கிறாள். தவத்தினால் மனமகிழ்ந்த முப்பெரும் தேவியர், தங்களது சக்திகளை வைஷ்ணோ தேவிக்கு வழங்குகின்றனர். எனவே, இந்தக் குகையின் உள்ளே சென்று ஸ்ரீ வைஷ்ணவ்தேவியை தரிசிப்பதால் ஒருவன் இந்த ஜென்மத்தில் செய்த பாவங்களிலிருந்து விடுபட்டவனாகிறான் என்று கேள்விப்பட்டிருந்ததால், அம்மனைத் தரிசிக்க ஆவல் கொண்டு, முயற்சித்தோம்.

எங்களது வைஷ்ணவ் தேவி யாத்திரை புதுதில்லியிலிருந்து தொடங்கியது. புதுதில்லி ரயில்வே நிலையத்திலிருந்து 'ஜன ஸம்பக்ராந்தி எக்ஸ்பிரஸ்' இரவு 8.45 மணிக்குக் கிளம்புகிறது. இது அடுத்த நாள் காலை 6.30 மணிக்கு ஜம்மு செல்கிறது. ஜம்முவில் இறங்கி, அங்கிருந்து 'கத்ரா' (katra) செல்ல வேண்டும். இரண்டு மணி நேரப் பயணம். டஸ் வசதிகள் உள்ளன. ஷேர் ஆட்டோக்களும் கிடைக்கின்றன. 'கத்ரா'வில் நிறைய ஹோட்டல்கள் உள்ளன. எப்பொழுது போனாலும் அறைகள் கிடைக்கின்றன. முன்பதிவு அவசியமில்லை.

ஹோட்டலில் குளித்து, காலை உணவு உண்டு கிளம்பினோம். அங்

“ஜய

கிருந்த அரசாங்கப் பணிமனையில் 'யாத்ரா டிக்கெட்' பெற்றோம். இல்லையெனில் உள்ளே செல்ல முடியாது. அது மட்டுமல்ல... வீடியோ கேமிரா, செல்ஃபோன், கேமிரா போன்றவற்றுக்கு அனுமதியில்லை. பரிசோதனை செய்து வாங்கி வைத்துக் கொண்டே அனுப்புகிறார்கள். எங்கள் மலையேறும் யாத்திரை, நண்பகலில் தொடங்கியது.

வழி முழுவதும் கடைகள், உணவு



விடுதிகள், குளிர்பானங்கள், காப்பி, தேநீர், பழச்சாறு கடைகள் தான்! அருகில் இருந்த கடைகளில் இருந்து ஒலிக்கும் தேவியின் மஹிமைகள் நம்மை மெய் மறக்கச் செய்கின்றன. நடந்து செல்லும் களைப்புத் தெரியாமல் இருக்க பக்தர்களின் ''ஜயமாதா தீ'' என்ற கோஷம் நம்மையும் புத்துணர்ச்சி பெறச் செய்கின்றது. நாங்கள் கோவிலை அடைந்தபோது மாலை ஐந்தரை மணி!

கோவில் வளாகம் இரண்டு பகுதிகளாக அமைந்துள்ளது. முதலில் - தேவி தவம் செய்த குகை. இது அக்டோபர் மாதத்தில் மட்டுமே திறக்கப்படுகிறது. இரண்டாவது - மூன்று பிண்டிகளின் வடிவில் அமைந்த முப்பெரும் தேவியர்.

அந்தக் குகையின் உள்ளே நுழைந்ததும், மனத்திற்குள் ஒரு புனிதத்துவம், அமைதி உண்டாகிறது. இருபுறத்திலும் தண்ணீர் விழும் சப்தம் பேரானந்தம் தருகிறது. கண்குளிர திவ்ய தரிசனம் செய்தோம். மலர்களாலும், குங்குமத்தாலும் அர்ச்சனை செய்யப்பட்டிருந்த தேவியரின் உருவம் மனத்தை நிறைத்தது.

நடந்து செல்ல முடியாதவர்களுக்காக, குதிரை, பல்லக்கு முதல் ஹெலிகாப்டர் வரை பற்பல சௌகரியங்கள் இருப்பதால், எல்லா வயதினரும் அம்மனை கண்குளிர தரிசிக்கலாம்.

உணவுப் பிரச்னை இல்லை. தோசை, இட்லி, சாதம், மோர்க்குழம்பு எளிதில் கிடைக்கின்றன.



மாதா தீ!"

இந்த யாத்திரையை டூர்ஸ் அண்ட் டிராவல்ஸ் மூலம் மேற்கொள்வது வசதி!

மலை ஏறும் பொழுது வழிநெடுகிலும் உள்ள இயற்கைக் காட்சிகள் மனதைக் கொள்ளை கொள்கின்றன. அருகிலேயே காஷ்மீர், அமிர்தசரஸ் இருப்பதால், புனிதப் பயணத்துடன் உல்லாசப் பயணமும் சாத்தியமே!

இந்த நவராத்திரி நன்னாளில், பராசக்தி வைஷ்ணவதேவியின் அருளை, நமது மங்கையர் மலர் வாசகியர் அனைவரும் பெற பிரார்த்திக்கிறேன்.

– விஜயலக்ஷ்மி, வாஷி.

வண்ணக் கோலங்கள்



15 - 8 (சந்துப்புள்ளி)
- எஸ். பத்மாவதி
சுப்பையன், பாபநாசம்.

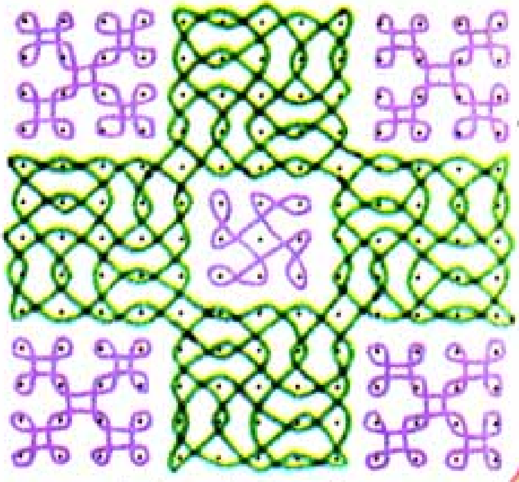


19 புள்ளி 3 வரிசை
நேர்ப்புள்ளி 3 வரை
- எம். ஷர்மிளா, சேலம் - 6.



15 புள்ளி 1 ல் நிறுத்தவும்.
- ஆர். செல்லம்மாள்,
திருச்சி - 19.

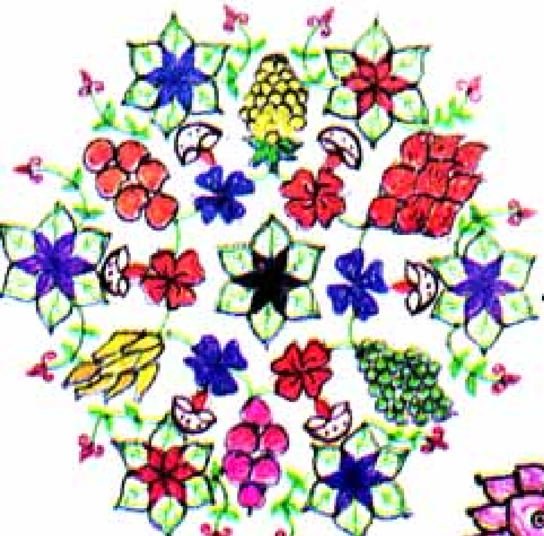
வாசல் அழகு



- ஜெயலக்ஷ்மி,
குரோம்பேட்டை.



11 புள்ளி முதல் 3 புள்ளி வரை
(இடைப்புள்ளி)
- எஸ்.பி. சுசீலாதேவி, பல்லாவரம்.



- என். பாப்பா நல்லபெருமாள்,
திருநெல்வேலி - 2.



17 ஊடுபுள்ளி 9 வரை
- ஆர். பிரேமா,
பெங்களூரு.



8

சென்ற இதழில் நான் எம்.என். நம்பியார் அண்ணனைப் பற்றிச் சொல்லியிருந்ததைப் படித்து நெகிழ்ந்து போன அவரது மனைவி, திருமதி ருக்மணி நம்பியார், என்னை மிகவும் சிரமப்பட்டுத் தேடி, தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டார். "அய்யாவுக்குப் படித்துக் காட்டினோம். அவருக்கு ரொம்ப சந்தோஷம். எங்களுக்கும் பழைய நினைவுகள் எல்லாம் கிளர்ந்து வந்து உற்சாகத்தைத் தந்தன!" என்று சிலாகித்தார். அந்த மகிழ்ச்சியை மங்கையர் மலர் வாசகியருடன் பகிர்ந்து கொள்கிறேன்.

டிப்-டாப் அப்பாவாகவே எஸ்.வி. ரங்காராவைப் பார்த்துப் பழகிய ரசிகர்களுக்கு அவரது நடிப்பின் பரிமாணத்தைக் காட்டிய படம் 'குலவிளக்கு'.

குடும்பத்துக்கு உழைத்து உழைத்து ஓடாய்ப் போன மூத்த மகள் வேடம். காசநோயாளியாக நடித்தேன். உறவுகள் அனைத்தும் எங்களை கைவிட்டு விட்ட நிலையில், "அப்பா... என்னை விரும்பி மூணு பேர் வந்தாங்களே... அப்பல்லாம் ஏம்பா எனக்குக் கல்யாணம் பண்ணி வைக்கலே?" என்று கேட்பேன்.

அப்போது எஸ்.வி. ரங்காராவ், "இந்த வீட்டுல நீ உழைச்சு உழைச்சு ஓடாப் போயிருக்கே... அங்கேயும் ஆயாவா, வேலைக்காரியா உழைக்கத்தான் உன்னைக் கூப்பிட்டாங்க. போதும்மா நீ கஷ்டப்பட்டது. "அதனால்தான் கல்யாணம் பண்ணித் தரலை!" என்பார் என்னைச் சமாதானம் படுத்தும் விதத்தில்.

நான், "ஓ... அப்படியா? இது எனக்குப் புரியாமல் போச்சுப்பா. நான் ஒரு பைத்தியம்!" என்று சோர்வாகச் சொல்லிக் கொண்டே, மெள்ள நடந்து நாய்க் கூண்டுக்குள்ளே போய்ப் படுத்துக் கொள்வேன்.

பி.சரோஜாதேவி

வஞ்சிக்கப்பட்ட தந்தை - மகள் கதாபாத்திரங்களுக்கு, உணர்ச்சி



1967 ஜனவரி, 12 ம் தேதியை மறக்க முடியுமா? அன்று என்னதான் நடந்தது?

தொட்டால் பூ மலரும்!

கரமான வசனங்கள் மூலம் மெருகேற்றியிருப்பார் இயக்குநர் கே.எஸ். கோபாலகிருஷ்ணன்.

'குலவிளக்கு' படத்தில் வரும் 'பூப்பூவா பூத்திருக்கு' பாடல் அந்தக் காலத்து டாப் ஹிட் பாடல்! அந்தப் பாடலை, இன்றைக்கும் என்னுடைய ரசிகர்கள் மறக்காமல் குறிப்பிடுகிறார்கள் என்றால் அதற்குக் காரணம் அந்தக் கருத்துச் செறிவும், மென்மையான இசையும்தான்!

''எத்தனையோ கறுப்பு - வெள்ளைப் படங்களை ஒளிபரப்புகிறீர் கள். உங்களது அபார நடிப்பை வெளிப்படுத்திய 'குலவிளக்கு' படத்தை மட்டும் யாரும் போடுவதில்லையே!'' என நிறையப் பேர் ஆதங்கப்படுகிறார்கள்.

'குலவிளக்கு' படத்தை ஒளிபரப்புங்கள் ப்ளீஸ்...'' என நானும் ரசிகர்கள் சார்பாகக் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

எம்.ஆர்.ஆர்! இந்த மூன்றெழுத்துக்கும் பெரிய வைப்ரேஷன் உண்டு. தமிழ்ச் சினிமாவின் முடிசூடா மன்னனாக விளங்கிய எம்.ஜி.ஆரை, 'ராமச்சந்திரா!' என்று ஒரு மாதிரி ஸ்டைலாக, இழுத்து, அன்புடன் அழைக்கும் உரிமையும் தைரியமும் பெற்றிருந்தவர் எம்.ஆர். ராதா அண்ணன் மட்டுமே!

'இருவர் உள்ளம்' படத்தில், சிவாஜி



● அதனால்தான் கல்யாணம் பண்ணித் தரலை! ●

லார், பாலாஜி, சந்தியா, நான் எல்லோருமே நடித்தோம். அதன் இயக்குநரான எல்.வி. பிரசாத் ஒரு பர்ஃபெக்‌ஷனிஸ்ட்! அதனால் பலமுறை காட்சிகளை ஒத்திகை பார்த்தார். எம்.ஆர். ராதா அண்ணாவுக்கோ பயங்கரக் கடுப்பு.

''கணேஷா... இங்க என்ன டிராமாவா நடக்குது... நீயாச்சும் எடுத்துச் சொல்லப்பா!'' என்றார் கிண்டலாக, அவரது டிரேட் மார்க் குரலில்!

'**பா**கப் பிரிவினை' படத்தில் எம்.ஆர். ராதாவுக்கு வழக்கம் போல வில்லன் வேஷம். எனக்கு வேலைக்காரி ரோல். நான் அவரை முதன் முதலில் சந்தித்ததும் இந்தப் படப்பிடிப்பில்தான்! வீட்டுக்குள் நுழையும் அவர், வீடு பெருக்கிக் கொண்டிருக்கும் என்னிடம் ஏதோ வம்பு செய்வார். நான் வெகுண்டு போய் துடைப்பத்தால் அடிப்பது போன்று காட்சி அமைப்பு இருந்தது.

இயக்குநர் பீம்சிங் எங்களிடம் இந்தக் காட்சியை விளக்கிவிட்டு, துடைப்பத்தைக் கையில் கொடுத்து, எம்.ஆர். ராதாவை அடிக்கச் சொன்னார். எனக்கு அவரை அடிக்க தைரியம் வருமா? தயங்கிக் கொண்டே நின்றிருந்தேன். பீம்சிங் பலவாறு பேசி, என்னை ஊக்கப்படுத்திக் கொண்டிருந்தார்.

அதைப் பார்த்த எம்.ஆர். ராதா, ''யார் இந்த அனுபவம் இல்லாத நடிகை? இந்த பெங்களூர் பொண்ணு சரியா நடிக்க மாட்டாங்கன்னு சொன்னது நிஜம்தான் போலிருக்கு..! படப்பிடிப்பு நடந்தா மாதிரிதான்!'' என்று சலித்துக் கொண்டார். எனக்கு உள்ளுக்குள் 'சுர்' என்று ரோஷம் பொங்கியது. ஆனால் அப்படியும் நான் தயங்கவே, நான் கோபத்துடன் துடைப்பத்தை வீசுவது போலவும், அவர் தலையில் குச்சிக் குச்சியாக செருகியிருக்க, அடிபட்ட நிலையில் வெளிவருவது போலவும் தனித்தனியாகப் படமெடுத்துச் சமாளித்தார்கள்.

அந்தக் காட்சி முடிந்த பிறகு, ''அம்மா... நான் உங்களுக்குத் தகப்பன் மாதிரி! நீங்க நல்லாதான் நடிக்கறீங்க. ஆனால், என்னைப் பார்த்ததும், பெரிய ஆக்டர் ஆச்சே? இவரை எப்படித் துடைப்பத்தால் அடிக்கிறது?''னு கொஞ்சம் தயக்கப்பட்டு நின்னீங்க. உங்களுக்கு உணர்ச்சி வருகிற மாதிரி சொன்னால்தான் அந்தத் தயக்கம் போகும்னு அப்படிச் சொல்லி வெச்சேன்... ஆனால், நீங்க அதுக்கும் அசரலையே!'' என்று ஆச்சரியப்பட்டார்.

அதற்குப் பிறகு, இருபதுக்கும் மேற்பட்ட படங்களில் எம்.ஆர். ராதா அண்ணனுடன் நடிச்சேன். எம்.என். நம்பியாரிடமாவது கொஞ்சம் விலகியே இருப்பேன். ஆனால் எம்.ஆர். ராதா அண்ணனிடம் எங்கள் குடும்ப நண்பர் போல சகஜமாகப் பழகுவேன். பெரிய பெரிய சிந்தனைகளை எல்லாம், இரண்டே வரியில் தடாலடியாகச் சொல்லிவிட்டுப் போகும் அவரது பாணிக்கு நான் ரசிகை! அவரும் என்னிடம் மகள் போலவே ப்ரியம் வைத்திருந்தார்.

என்னுடைய பிறந்த நாளான ஜனவரி ஏழாம் தேதி அன்று எங்கிருந்தாலும் தேடி வந்து வாழ்த்துவார். அன்று எங்கள் வீட்

டில் நடக்கும் ஸ்ரீசத்யநாராயண பூஜைக்கு எம்.ஜி.ஆர். உள்பட நிறைய கலையுலகினர் கலந்து கொள்வார்கள். எம்.ஜி.ஆர்., எம்.ஆர்.ஆர். இருவருக்கும் திராவிடக் கொள்கைகள் இருந்தாலும், எம்.ஜி.ஆர். கொஞ்சம் வித்தியாசமானவர். பெரியவர்களிடம், குறிப்பாக தாய்மார்களிடம் பணிவாக நடந்து கொள்வார். அதனால் என் தாயார், எம்.ஜி.ஆரின் கைநிறைய பூவும் அட்சதையும் கொடுத்து, ஸ்ரீசத்யநாராயண படத்துக்குப் போடச் சொல்வார். பெரியவர்களின் பேச்சுக்கு கௌரவம் கொடுத்து, அவரும் சுவாமிக்குப் பூ, அட்சதை சமர்ப்பிப்பார். ஆனால் எம்.ஆர். ராதாவோ, வரும்போதே 'ஹாய் ஹாய்' என்று அமர்க்களம்தான்! அவருடைய உதவியாளர் கஜபதியுடன் கடைசி ஆளாக நுழைவார்... ''எங்கே பர்த்டே பொண்ணு? சோறு எங்கே? பசிக்குதப்பா'' என்று ஒரே ஆர்ப்பாட்டம்தான்!

எம்.ஜி.ஆர். - எம்.ஆர். ராதா இருவருடனும் நீங்க ''பெற்றால்தான் பிள்ளையா?'' படத்தில் நடித்தபோதுதானே எம்.ஆர். ராதா - எம்.ஜி.ஆரைத் துப்பாக்கியால் சுட்ட சம்பவம் நடந்தது. அப்போது என்ன ஆச்சு? உங்க மனநிலை எப்படி இருந்தது?'' என்று திருமதி அனுராதா சேகர் என்னைக் கேட்டதால் அது பற்றியும் சொல்கிறேன்.

1967, ஜனவரி மாதம், பன்னிரண்டாம் தேதி அன்று படப்பிடிப்புக்காக ஹைதராபாத் சென்றிருந்தேன். அங்கு மூன்று நாட்கள் தொடர்ச்சியாக ஷூட்டிங் இருந்தது. படப்பிடிப்பு கிட்டத்தட்ட முடிவடையும் நிலையில், அதிர்ச்சி தரும் செய்தி ஒன்றை வானொலியில் கேட்டேன்.

'சென்னையில், எம்.ஜி.ஆர். சுடப்பட்டு, பலத்த காயத்துடன் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கிறார்' என்ற செய்திதான் அது! கேட்டவுடன் நான் கதிகலங்கிப் போனேன். உடனே, சென்னைக்குக் கிளம்பிப் போனேன். வழியெல்லாம், அவருக்காகப் பிரார்த்தனை செய்து கொண்டேயிருந்தேன்.

'அவருடைய நல்ல மனசுக்கும், செய்த தானதருமங்களுக்கும் எம்.ஜி.ஆருக்கு ஒரு குறையும் வராது' என்று எனக்கு நானே ஆறுதல் சொல்லிக் கொண்டாலும், ஒருவித பயம் என்னை அரித்துக் கொண்டிருந்தது.

சென்னை விமான நிலையத்தில் இறங்கி, காரில் போகத் தொடங்கிய சிறிது நேரத்திலேயே, போலீஸ் ஜீப் ஒன்று பின்தொடருவதை உணர்ந்தேன்.

வேகமெடுத்த ஜீப் வண்டி, எங்கள் காரைத் தாண்டி நின்றது. அதிலிருந்து சில காவல் துறை அதிகாரிகள் இறங்கி, போலீஸ் துறைக்கே உரிய கோணத்தில், சில கேள்விகளைக் கேட்டார்கள். நானும் தயங்காது பதில் சொல்லிக் கொண்டே வந்தேன்.

அப்போது 'பெற்றால்தான் பிள்ளையா?' படத்தில் இடம்பெற்ற வசனத்தைச் சொல்லி, ஒரு கேள்வியைக் கேட்டார்கள். அந்தப் படத்தில், எம்.ஆர். ராதா, கண்கட்டுவித்தைக்காரர் வேடத்தில் நடித்தார். அவருடைய கோல்மால்களை எல்

உண்மையாகவே எம்.ஜி.ஆரை ஒழித்துக் கட்ட வேண்டுமென்ற உணர்ச்சி வேகம் அவருக்கு இருந்ததா?



லாம் எம்.ஜி.ஆர். அம்பலப்படுத்தி விடுவார்.

அதனால் கோபமடையும் எம்.ஆர். ராதா, ''அவனை எப்படியாவது ஒழிச்சுக் கட்டணும்... அப்பத்தான் நம்முடைய திட்டங்கள் தடையில்லாமல் நடந்தேறும்'' என்று பேசுவது போல ஒரு வசனம் இடம் பெற்றிருந்தது.

இந்த வசனத்தைக் குறிப்பிட்ட போலீசார், ''இந்த வசனத்தை எம்.ஆர். ராதா, எந்த 'மூடி'ல் சொன்னார்? உண்மையாகவே, எம்.ஜி.ஆரை ஒழித்துக் கட்ட வேண்டும் என்ற உணர்ச்சி வேகம் அவருக்கு இருந்ததா?'' என்று கேட்டார்கள்.



எனக்கு என்ன பதில் சொல்வது என்றே தெரியவில்லை.

''ஐயா... நான் உடனே போய் எம்.ஜி.ஆரைப் பார்க்கணும். அதனால் என்னை இப்போது விட்டுவிடுங்க. நான் உங்கள் கேள்விகளுக்குப் பதில் சொல்வது என் கடமை... ஆனால் என்னைத் தயவு செய்து கோர்ட்டுக்கு அழைக்க வேண்டாம். வீட்டிலேயே விசாரியுங்கள்... எனக்குத் தெரிந்ததைச் சொல்கிறேன்!'' என்றேன். அவர்களும் ஒப்புக் கொண்டனர்.

சென்னை பொது மருத்துவமனைக்குப் போனேன். அங்கே எம்.ஜி.ஆரின் ரசிகர்கள், அவரிடம் பெருமதிப்பு வைத்திருந்த தொண்டர்கள், அவரைத் தெய்வமாகவே நினைத்த எளிய மக்கள், கூட்டமாக நிற்பதைக் கண்டேன். என் மனம் நெகிழ்ந்தது. உள்ளம் துடிக்க, கண்ணில் நீர் ததும்ப, அவர் படுத்திருந்த சிறப்பு அறையில் நுழைந்தேன்.

அங்கே எம்.ஜி.ஆர். சோர்வாகப் படுத்திருந்த நிலையைக் கண்டதும் எனக்கு அழுகை வந்து விட்டது. கம்பீரமான தோற்றத்துடன் அவர் உலாவந்த காட்சி என் நினைவுக்கு வர, ''இப்படிப் படுத்த படுக்கையாகி விட்டாரே!'' என்று எண்ணி விம்மி விம்மி அழுதேன்.

அந்த நிலையிலும், எம்.ஜி.ஆர் கருணைத் ததும்பும் பார்வையுடன் என்னை அழ வேண்டாம் என்று தேற்றினார். ''காப்பி சாப்பிடுகிறாயா?'' என்று சைகை காட்டிக் கேட்டார். அந்தப் பரிவும் அன்பும்தான் எம்.ஜி.ஆர்.!

சரி, உங்க கேள்விக்கே வருகிறேன். எனக்குத் தெரிந்து, எம்.ஜி.ஆருக்கும் எம்.ஆர். ராதா அண்ணனுக்கும் இடையே நல்லதொரு நட்பு இருந்தது. அண்ணன் - தம்பி போலத்தான் நெருக்கமாகப் பழகினார்கள். அவர்களுக்குள் முன் பகையோ, விரோதமோ இருந்ததாக எந்தப் பேச்சும் என் காதில் விழவில்லை!

அப்படியானால், எம்.ஆர். ராதா, எம்.ஜி.ஆரை சுட்டது ஏன் என்று நீங்கள் கேட்கலாம்! என்னைப் பொறுத்தவரை, அது நிகழ்ந்தே இருக்கக் கூடாத ஒரு துர்சம்பவம். கெட்ட விநாடி. சட்டமும், நீதியும் தத்தம் கடமையை செய்தன அவ்வளவுதான்! மற்றபடி அந்தச் சம்பவம், எனக்குள் இன்னும் பெரிய கேள்விக்குறியாகத்தான் இருக்கின்றது!

(மலரும்)

சந்திப்பு : அனுராதா சேகர்
படங்கள் : ஃபிலிம் நியூஸ் ஆனந்தன், ஞானப்பிரகாசம்

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

வழங்கும்

அறிவுப் போட்டி-4

ரூ. 5,000 பரிசு

சமீபத்தில் நடைபெற்ற செய்திகளை எந்த அளவுக்கு அறிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள்? ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் கீழே மூன்று பதில்கள் அளிக்கப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து '✔' பண்ணி அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசளிக்கப்படும். எங்கே.. உங்க பொது அறிவை சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. பஸ்களில் நெரிசலின்றி பயணம் செய்ய, மாலையில் பணி நேரத்துக்கு 15 நிமிடங்கள் முன்பாகவே அலுவலகத்திலிருந்து புறப்பட்டுச் செல்லலாம் என்று தமிழக அரசு சமீபத்தில் அனுமதி வழங்கியது. அது யாருக்கு?

அ. மகளிர் ☐ ஆ. ஊனமுற்ற அரசு ஊழியர்கள் ☐
இ. அரசு உயர் அதிகாரிகள் ☐

2. அமைச்சர் பதவியிலிருந்து நீக்கப்பட்ட ராஜா எந்தத் துறையின் அமைச்சராக இருந்தார்?

அ. ஊரக வளர்ச்சித் துறை ☐ ஆ. நிதித் துறை ☐
இ. கைத்தறித் துறை ☐

3. நம்பிக்கை வாக்கெடுப்பில் எந்தக் கட்சியின் ஆதரவுடன் காங்கிரஸ் தலைமையிலான ஆட்சி வென்றது?

அ. பா.ஜ.க. ☐ ஆ. கம்யூனிஸ்ட் ☐
இ. சமாஜ்வாடி ☐

4. பெய்ஜிங் ஒலிம்பிக்ஸில் இந்தியாவுக்கு தங்கப் பதக்கத்தைப் பெற்றுத் தந்த அபினவ் பிந்த்ரா, பங்குபெற்ற போட்டி எது?

அ. துப்பாக்கி சுடுதல் ☐ ஆ. நீச்சல் ☐





இ. குதிரையேற்றம் ☐

5. புதுக்கட்சி துவங்கவுள்ள சிரஞ்ஜீவியை எதிர்த்துப் போட்டியிடத் தயார் என்று கூறியுள்ள நடிகை யார்?

அ. ரோஜா ☐ ஆ. மீனா ☐ இ. விஜயசாந்தி ☐

6. இஸ்லாமிய மாணவ இயக்கமாக 1997ல் துவங்கி பயங்கரவாத இயக்கமாக சித்தரிக்கப்படும் அமைப்பு எது?

அ. சிமி ☐ ஆ. அல் கொய்தா ☐

இ. லஷ்கர் தொய்பா ☐

7. இந்தியாவில் 12 சதவீதத்தை சமீபத்தில் தாண்டியது எது?

அ. தேசிய வங்கிகள் சேமிப்புக் கணக்குக்கு அளிக்கும் வட்டி ☐

ஆ. சராசரிக் குடும்பம் தன் வருமானத்தில் நூல்களுக்காகச் செலவழிக்கும் தொகை ☐ இ. பணவீக்கம் ☐

8. கச்சத் தீவு எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தது?

அ. இந்தியா ☐ ஆ. ஸ்ரீலங்கா ☐ இ. இந்தோனேஷியா ☐

9. எந்த மாநிலத்தின் அரசுச் செயலகமான 'ரைட்டர்ஸ் பில்டிங்'கில் சமீபத்தில் தீவிபத்து நேர்ந்தது?

அ. மகாராஷ்டிரா ☐ ஆ. பீகார் ☐ இ. மேற்கு வங்காளம் ☐

10. ஆர்க்டிக் பகுதியில் நிறுவப்பட்டுள்ள இந்தியாவின் முதல் ஆராய்ச்சி நிலையத்தின் பெயர் என்ன?

அ. ஹிமாத்ரி ☐ ஆ. கோகிலாத்ரி ☐ இ. சேஷாத்ரி ☐

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

அறிவு விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்களை வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : அறிவுப் போட்டி - 8 மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.9.2008

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈ-மெயில் : ....


கல்கி
தீபாவளி மலர் 2008
விலை ரூ.100/-
ஒவ்வொரு பக்கமும் ஒரு கலைச் சித்திரம்;
ஒட்டுமொத்தமாக ஒரு பெரும் பொக்கிஷம்!
• பயணம்
• இலக்கியம்
• சிரிப்பு
• சிறுகதைகள்
• ஆய்வு
• அழகியல்
• ஆன்மிகம்
• தத்துவம்
• ஓவியக்கூடம்
• வண்ணப்படத் தொகுப்பு
• கவிதை
• கற்பனைக் காட்சிகள்
இப்போதே உங்கள் உள்ளூர் ஏஜெண்டிடம் பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள். அல்லது
மானேஜர், கல்கி, 47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, சென்னை 600 032.
தொலைபேசி: 4343 8888 தொடர்புகொள்ளுங்கள்
* படம்: ஸ்ரீஹரி

மா னுடர், ஊர்வன, பறப்பன, நீந்துவன என்ற பலவகைப் பொம்மைகளையும் நாம் வைப்பதன் நோக்கம், எல்லா உயிர்களிலும் கடவுள் கொலுவீற்றிருக்கிறாரென்ற தத்துவத்தை அறிவுறுத்தவே நாம் பலவகையான பொம்மைகளை வைக்கின்றோம்.

❖❖❖❖❖❖

ஸ்ரீ சாவித்திரி தேவி, மாங்கல்ய பலம் நீண்டு வளர்ந்து கொண்டேயிருக்க, நவராத்திரி விரதத்தை அனுஷ்டித்து நற்பலனை அடைந்தாராம்.

❖❖❖❖❖❖

ஸ்ரீ இராமர், இராவ ணனை வதம் செய்வதற் குத் தேவையான பூரண வலிமையைக் கொடுப்பதற்காக, ''ஸ்ரீ பஞ்ச தசாக்ஷி'' என்ற ஸ்ரீவித்யா மகாமந்திரத்தை, அகத்திய முனிவர், ஸ்ரீராமரின் வலது காதினில் உபதேசித்தருளினாராம். அவர் உபதேசித்தபடியே ஸ்ரீ இராமர் புரட்டாசியில் சுக்லபட்ச பிரதமை முதல் நவமி முடிய, ஒன்பது நாட்களிலும் ஸ்ரீதேவியைப் பூஜித்து, இராவணனை வதம் செய்து, ஸ்ரீ சீதையை மீட்டு வந்தாராம்.

லட்டு லட்டா

❖❖❖❖❖❖

பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணரும் கூட, பிருந்தாவனத்தில், நவராத்திரி விரதம் அனுஷ்டித்து, பூசை செய்து ஸ்ரீ அம்பாளின் திருவருளைப் பெற்றாராம்.

❖❖❖❖❖❖



✱ படம் : ரமா வெங்கடரமணன் பெங்களூரு-16



எட்டு பிட்ஸ்!

விஜயதசமியின் மகத்துவம் :

கௌரவர்களிடம், பாண்டவர்கள் தோற்று, நாட்டை இழந்து, அஞ்ஞாத வாசகம் செய்தபோது, அவர்களின் ஆயுதங்களை வன்னிமரத்திலிருந்த ஒரு மரப்பொந்தில் ஒளித்து வைத்தனர். அஞ்ஞாதவாசம் முடிந்ததும், ஒன்பது நாட்கள் பூசித்து, தசமியன்று பாண்டவர்கள் அவர்களின் ஆயுதங்களை எடுத்துக் கொண்டனர். விஜயன் (அர்ச்சுனன்) பய பக்தியுடன் பூசித்து ஆயுதங்களை, எடுத்துக் கொண்டதால், (விஜயம் தரும் தசமி) விஜயதசமி என்ற பெயர் பெற்றதாம். அன்று ஆயுதப்பூஜையும், புராணக் காலத்திலிருந்தே செய்யப்படுகிறதாம். இந்த நவராத்திரி, ''விஜய நவராத்திரி, வன்னி நவராத்திரி, வனதுர்க்கா நவராத்திரி'' என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

- கே.ராஜலக்ஷ்மி, சென்னை-61.



✱ படம் : துர்கா பாலகிருஷ்ணன், ஜலஹள்ளி

மரப்பாச்சி பொம்மைகளை, வெறும் மரப்பாச்சி என்று எண்ண வேண்டாம். அவை ஸ்வாமியும், அம்மனும் ஆகும். அவற்றைச் சிரத்தையாக எண்ணெய் தேய்த்து, சீயக்காய், வாசனைப் பொடி போட்டு, குளிப்பாட்டி, அழகாக அலங்காரம் செய்து, நெற்றிக்கு இட்டு, மேல்படியில் வைக்க வேண்டும். (நிறைய பொம்மைகளுக்கு நடுவில் கண்ணுக்குத் தெரியாமல் வைக்க வேண்டாம்) பிறகுதான் பொம்மைகளை அடுக்க வேண்டும். மேல் படியில் அல்லது இரண்டாவது படியில் லக்ஷ்மி, துர்க்கை, ஸரஸ்வதி பொம்மைகளை வைத்து விட்டு, மற்ற படிகளில்தான் ஏனைய பொம்மைகளை அடுக்க வேண்டும்.

❖❖❖❖❖❖

நவராத்திரியை வெறும் பொழுது போக்கு பண்டிகையாக எண்ணாமல், எந்த அளவுக்கு அம்மன்களை பூவால் அலங்கரித்து சிரத்தையுடன் பூஜிக்கிறோமோ, தானதருமம் செய்கிறோமோ அந்தளவுக்கு குடும்பத்திலும் சுபிட்சம் நிலவும். வாரிசுகள் மிகவும் சிரேயஸுடன் இருப்பார்கள் என்பது அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை.

- விஜயா ராஜன், பெங்களூரு.

கண் மருத்துவம்



* டாக்டர்.
டி. ராமமூர்த்தி

சுட்டும் விழிச் சுடர்!

கண் பார்வைக் கோளாறுகளுக்குக் கண்ணாடியும் வேண்டாம், காண்டாக்ட் லென்சும் வேண்டாம் என்று சொல்கிறவர்கள் இன்றைக்கு அதிகமாகி வருகிறார்கள். இவர்களுக்கு என்ன வழி?

இருக்கிறது, இன்ட்ரா லேஸ்!

''லாசிக் கருவி மூலம், 1997 முதல் நாங்கள் சிகிச்சை அளித்து வருகிறோம். இந்த 11 ஆண்டுகளில் 20,000க்கும் மேற்பட்ட சிகிச்சைகள் அளித்திருக்கிறோம். முதல்முதலில் 'ஹான்சடோமுடன் இணைந்த கைரோன் என்ற லாசிக் கருவியை இந்தியாவில் அறிமுகம் செய்தோம். பிறகு பார்வையின் தரத்தை இன்னும் அதிகரிக்க, லாசிக் கருவியோடு சேர்ந்த சயாப்டிக்ஸ் கருவியை 2002ல் கொண்டு வந்தோம். இந்த Z - 100 சயாப்டிக்ஸ் மருத்துவக் கருவி, ஒவ்வொருவர் விழி அமைப்புக்கும் ஏற்றவாறு இயங்கும்.

''லாசிக் உண்மையிலேயே ஒரு வரப்பிரசாதம்தான். கிட்டப்பார்வை (மயோபியா), தூரப் பார்வை (ஹைபரோபியா) தவிர அஸ்டிக்மாட்டிசம் எனப்படும் கோள வடிவக் கருவிழி சீரமைப்பு, கருவிழியில் உண்டாகும் வடுக்கள் போன்றவற்றுக்கு ஏற்ற சிகிச்சை லாசிக் கருவியில் கிடைக்கும்!'' என்கிறார் டாக்டர் டி.ராமமூர்த்தி. இவர் கோவையில் 'த ஐ ஃபவுண்டேஷன்' என்ற வசதிகள் நிறைந்த கண் மருத்துவமனையை, ஆர்.எஸ்.புரத்தில் நிறுவியவர்.

மைனஸ் பவர் அல்லது பிளஸ் பவர் எத்தனை வரை நீக்கலாம்?

''லாசிக் சிகிச்சை மூலம் மைனஸ் 2 முதல் மைனஸ் 20 வரை, கிட்டப்பார்வையில் சரிசெய்யலாம். பிளஸ் 1 முதல் 8 வரை தூரப் பார்வையில் சரிப்படுத்தலாம். அஸ்டிக்-மாடடிஸம் கோளாறில் மைனஸ் 8 முதல் பிளஸ் 8 வரை சிலிண்டரிகல் பவரையும் சீராக்கி விடலாம். இந்தச் சிகிச்சை பெற்றுவிட்டால் கண்ணாடி போட வேண்டிய அவசியமே இல்லை!''

''நம் கண் பார்வைத் திறனை 6/6 என்று சொல்வார்கள். லாசிக் சிகிச்சை மூலம் கிட்டத்தட்ட இந்தப்



பார்வைத் திறனைப் பெற்று விட லாம். விழிகளில் இருக்கிற குறைகளை ஆர்ப்ஸ்கேன் டோபோகிராஃபி மூலம் நீக்கிவிட்டு, சையாப்டிக்ஸ் முறையில் சிகிச்சை பெற்றால், மிகக் கூர்மையான பார்வை பெற இயலும். இதை Z - 100 என்ற சயாப்டிக்ஸ் கருவியை இங்கே அறி முகப்படுத்தி நிறைய பேருக்குச் சிகிச்சை அளித்து வந்திருக்கிறோம்!'' என்கிறார் டாக்டர் ராமமூர்த்தி.

“இவை லாசிக் - சயஸ்டிக்ஸ்முறை கண் சிகிச்சையில் ஏற்பட்டுள்ள முன் னேற்றம் என்றால், இப்போது நாங்கள் புதிதாக அறிமுகப் படுத்தி இருக்கும் இன்ட்ராலேஸ் கருவி இன்னும் அதிக வசதி கொண்டது.

''இதில் நூறு சத விகிதம் லேசர் சிகிச்சை தான் மேற்கொள்ளப்படு கிறது. அதனால் மிகத் துல்லியமான பார்வையை உடனடியாகப் பெற முடியும். மேலும் இது இன்னும் பாதுகாப்பானது. ஏனென்றால் உலோக பிளேடை உபயோ கித்துச் செய்யும் சிகிச்சையை விட, முழுக்க முழுக்க லேசர் கதிர்வீச்சு மூலம் செய்யப்படும் சிகிச்சை கூடுதலான பாது காப்பை அளிக்கிறது!'' என்கிறார் டாக்டர் ராமமூர்த்தி.



லேசர் மூலம் விழியில் சிறுசிறு காற்றுக் கொப்புளங்கள் போல் உருவாக்கி, அவை முழுதும் ஒன்றாகச் சேரும்போது, ஒரு மெல்லிய கண்ணாடித் திரை போன்று தோன்றுகிறது. இந்த வட்ட வடிவ மூடியை மெல்லத் திறந்து, விழியில் செய்ய வேண்டிய சிகிச்சையை முடித்து, அந்த மெல்லிய மூடியை அப்படியே கருவிழி மேல் வெகு நாசுக்காக வைத்து விடுகிறார் டாக்டர். அந்த மூடி கழன்று வராமல் இருக்கிற மாதிரி, வட்ட வடிவ ஓரத்தை லேசரால் எடுத்துக் கொண்டே வந்தாலும், கீழ்ப்பகுதியில் கொஞ்சம் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கிற மாதிரி செய்து கொள்கிறார். இவை அத்தனையும் கண்க ளால் கம்ப்யூட்டர் திரையில் பெரிதாக்கப் பட்ட விழியைப் பார்த்துக் கொண்டே, லேசர் வீச்சை தேவையான அளவுக்கு, கால்களால் அழுத்தி வெளியிட்டபடி, மிகச் சிறிய கருவி ஒன்றை மட்டுமே கண்களில் பயன்படுத்தி ஒரு தேர்ந்த கைவினைக் கலைஞர் போல் சிகிச்சையை முடிக் கிறார் டாக்டர்.

இன்று உலகின் பல முன் னேறிய நாடுகளில் எல்லாம் இன்ட்ராலேஸ் கண் சிகிச்சை முறையைத்தான் பெரும்பாலானவர்கள்

✿ லாசிக் சிகிச்சை ஆனாலும் கண்களை ஒரு தடவை பரிசோதிக்கிறார்கள். பிறகு ஒரு கப் வைத்து மூடி விடுகிறார்கள். மறுநாள் இதைக் கழற்றிவிடலாம். ஒரு சிலருக்கு சிறிது வலி, எரிச்சல் அல்லது நீர் வடிதல் இருக்கக்கூடும். ஆனால் இவை மறுநாளே சரியாகிவிடும். மறுதினமே அன்றாட வேலைகளை செய்யத் தொடங்கலாம். கண்ணில் நீர் நேரடியாகப் பட ஒரு வாரம் பொறுத்திருக்க வேண்டும்.

✿ இந்தச் சிகிச்சை பெற வயதுத் தகுதி - 18 ஆகியிருக்க வேண்டும். கண்ணாடியின் பவர், மைனஸோ, ப்ளஸ்ஸோ, ஒரு வருடத்துக்கு அப்படியே மாறாமல் இருந்திருக்க வேண்டும். காண்டாக்ட் லென்ஸ் அணிந்திருந்தால், இரண்டு வாரங்களுக்காவது அவற்றை அணியாமல் தவிர்த்திருக்க வேண்டும்!

✿ லாசிக் சிகிச்சைக்குத் தேவைப்படும் மொத்த நேரம் பத்து நிமிடங்கள்தாம். இரண்டு கண்களுக்கும் ஒரே நாளில், அடுத்தடுத்து சிகிச்சை பெறலாம். ஊசி மருந்தோ, மாத்திரைகளோ எதுவும் தேவை இல்லை. இன்னொரு பெரிய அனுகூலம், மருத்துவமனையில் தங்கி இருக்க வேண்டாம்!



விரும்பிச் செய்து கொள்கிறார்கள்.

உலகம் முழுக்க சுமார் ஒன்றரைக் கோடி பேர் லாசிக் முறையில் சிகிச்சை பெற்றிருந்தாலும், சுமார் நான்கு சதவிகிதம் பேர்களுக்குச் சிறு சிறு பிரச்னைகள் இருந்தன. எனவே லாசிக் மிக வெற்றிகரமான சிகிச்சையாக இருந்தபோதும், இவ்வாறு எழுந்த சிறு பிரச்னைகள் மைக்ரோ கெரடோம் பயன்படுத்திச் செய்யப்பட்ட சிகிச்சைகளின் காரணமாக எழுந்தவை என அறிந்தனர். (மைக்ரோ கெரடோம் என்ற கருவியில்தான் உலோக பிளேடு இணைந்திருக்கிறது.)

''இன்ட்ராலேஸ் ஃபெம்டோ செகண்ட் கருவியைப் பயன் படுத்திச் செய்யப்படும் சிகிச்சையில், மைக்ரோ கெரடோம் மற்றும் உலோக பிளேடின் உபயோகம் துளியும் கிடையாது. எனவே இன்ட்ராலேஸ் முறையில் சிகிச்சை முழுக்க முழுக்கப் பாதுகாப்பானது. மிகத் துல்லியமான பார்வை தருவது!'' என்கிறார் டாக்டர் ராமமூர்த்தி.

அமெரிக்காவில் லாசிக் சிகிச்சை மேற்கொள்பவர்கள் 50 சதவிகிதத்துக்கு மேல், இன்ட்ராலேஸ் வகை சிகிச்சையைத் தான் தேர்ந்தெடுக்கிறார்கள். அமெரிக்க ராணுவத்திலும், 'நாசா' விண்வெளிப் பயண ஆராய்ச்சிக் கூடத்திலும் கூட, இன்ட்ராலேஸ் வகை சிகிச்சை மேற்கொண்டவர்களை மட்டுமே பணிக்கு அமர்த்தி வருகிறார்களாம்.

''இங்கே எங்கள் ஐ ஃபவுண்டேஷனில் இதுவரை நிறைய இளைய தலைமுறையைச் சேர்ந்தவர்கள் இன்ட்ராலேஸ் சிகிச்சையை நாடி வருகிறார்கள். சிகிச்சை முடிந்து திருப்தியோடு செல்கிறார்கள். அவர்கள் வாழ்க்கையில் இந்தச் சிகிச்சை பெரிய திருப்புமுனைபோல அமைந்திருப்பதாக அவர்கள் சொல்வதோடு நிற்காமல், பார்வையாளர் பதிவுப் புத்தகத்தில் எழுதி விட்டும் போகிறார்கள்'' என்கிறார் டாக்டர் ராமமூர்த்தி.

சந்திப்பு: **சாருகேசி**

(அடுத்த மாதம் காடராக்ட் சிகிச்சை பற்றிப் பேசுவோம்!)

வளரட்டும் மனிதநேயம்!



குழந்தைகளின் பிறந்த நாளின்போது அவர்களுக்குப் பிடித்த ஸ்வீட்ஸ் மற்றும் பரிசுப் பொருள்களைக் கொடுப்பதோடு, நம் சக்திக்கு தகுந்தவாறு ஏழைகளுக்கோ, பிச்சைக்காரர்களுக்கோ ஒருவேளை உணவு மற்றும் பழங்கள் போன்றவற்றை குழந்தைகளின் கையாலேயே கொடுக்கச் சொல்லலாம். இதனால் எதிர்காலத்தில் நம் குழந்தைகள் மனிதநேயம் மிக்கவர்களாக வளர்வார்கள்.

- கவிதா சுந்தஸ்வாமி,
வேலூர் - 9

ஆஹா 50!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

நாம் ஆண் தெய்வங்களுக்கு தீபாராதனை காட்டும்போது (உதாரணம் முருகர், கிருஷ்ணர்) கீழிருந்து மேலாகவும், பெண் தெய்வங்களுக்கு (துர்கை, லக்ஷ்மி) மேலிருந்து கீழாகவும் தீபம் காட்ட வேண்டும்.

- கவிதா கணேஷ், பெங்களூர்.

மற்றவர்கள் வீட்டு கொலுவிற்குப் போகும் போது, குங்குமச் சிமிழை கூடவே எடுத்துச் செல்லுங்கள். அவர்கள் வீட்டில் சந்திக்கும் ஏனைய பெண்களை உங்கள் வீட்டு கொலுவுக்கு அழைத்து விட்டு வர ஏதுவாக இருக்கும்.

- ஆர். லக்ஷ்மி, சேலம் -5.

எழுதும் போது பால் பாயிண்ட் பேனா நின்றுவிட்டால் கண்ணாடித் தகட்டில் எழுதிப் பாருங்கள். மீண்டும் தொடர்ந்து எழுத வரும்.

- சி.ஆர்.பி. அம்பிகாதேவி,
பூனாம்பாளையம்.

எந்த இனிப்புக்குமே உப்பு வெல்லம் கூடாது. பண்டம் கரித்துப் போகும். கடைகளில் பாகு வெல்லம் எனக் கேட்டு வாங்கிப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

- எஸ்.ஜெ. வனஜா ஜெயபாலன்,
மன்னார்குடி.

உடல் ஊனமுற்றவர்களைப் பேணும் தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவனங்களை அணுகி, அங்குள்ள குழந்தைகளை கொலுவுக்கு அழைத்து, உபசரியுங்கள். நம்மை விட்டால் வேறு யார் அவர்களைக் கூப்பிடுவார்கள்?

- வி. மகாலிங்கம், சென்னை - 91.

பிளெயின் கண்ணாடி வளையல்கள் வாங்கி நான்கு வளையல்களைச் சேர்த்து ஒட்டவும். அதன் மேல் 3டி பெயிண்ட்டால் வரைந்து கல், முத்து ஒட்டி, நவராத்திரிக்கு வருகிறவர்களுக்குக் கொடுத்தால் பார்க்க கல் வளையல் மாதிரியே அழகாக இருக்கும்.

- சந்தா கண்ணப்பன், சென்னை.

நவ சுவார



* பரண் : ஒன்பது நாள் இம்சையிலிருந்து தப்பித்தோம் பிழைத்தோமென்று பரோலில் விடுபட்ட பரவசத்தோடு பதுமைகள் பாதுகாப்பாய் ஓய்வெடுக்கும் இடம். கை, கால் உடைந்த பழங்காலத்து பொம்மைகளாக இருந்தாலும், அந்த மூதாதையர்களின் ஸ்பரிசம் பட்ட பழைய பனியன், பாவாடை முதலான பேக்கிங் மெட்டீரியல்களின் இடையே 'ஜம்' என்று வாடை வாசஸ்தலம்! வருடத்தில் ஒன்பது நாள் படும் அவஸ்தையை விட எலி, பல்லி, கரப்பு இத்யாதி ஜீவராசிகளின் உறவாடல் எத்தனையோ மேல் என்று பொம்மைகளுக்கு எண்ணங்கள் உதயமாக்கும் உன்னத இடம்.

* படிகள் : பழைய மர மேஜை, கள்ளிப் பெட்டி, ஸ்டூல், பலகை என்று ஆரம்பித்து டிரங் பெட்டி வரை வைத்துக்கொண்டு, சங்கர் பட பிரம்மாண்டம் போல, வீட்டு 'தோட்டாதரணி'கள் ஒற்றைப் படையில் படிகள் கட்டும் காலம் படி ஏறி விட்டது. ரெடிமேட் ஸ்டீல் படிகள் வந்துவிட்டாலும், அவை சற்றும் கீழ்படிதல் இல்லாத ஜென்மங்களாக இருக்கின்றன. ஒரு முறை ஒரு முழுநாளை அந்த ஸ்டீல் ஆங்கிள், தகடுகளோடு என் அங்கிளை (பி.ஈ. மெக்கானிக்கல் படித்தவராக்கும்) துணைக்கு வைத்துக் கொண்டு பிரித்து மேய்ந்தும் பார்த்தாயிற்று. சபிக்கப்பட்ட இந்திரனின் கண்களாக உடம்பெல்லாம் துளைகளாக இருக்கும் ஸ்டீல் சமாசாரங்கள் அத்தனை சுலபமாக ரசமட்டத்திற்கு வராமல் கூட்டாக சதிசெய்ததில் குழம்பு தான் ச்சே... ஒரே குழப்பம்தான்!

அகிலா கார்த்திகேயன்

✱ பழைய வேட்டி : 'ப'வில் படுத்த வேண்டுமே பழைய வேட்டி என்று போட வேண்டியிருந்தாலும், அநேகமாக அன்றைய காலகட்டங்களில் ஏதாவது கல்யாணங்களில் ஒதியிடப்பட்ட ஒசத்தியான புத்தம் புதிய பத்து முழ வேட்டிகள்தான் பொம்மைகளுக்காக படிகளில் விரிக்கப்படுவது விதி! பத்து நாட்களாக பொம்மைகள் குந்தி இருப்பதாலும், ஊதுவத்தி சுட்டதாலும், ஆரத்தி கரைசல் தெளித்ததாலும் நொந்து நூலாகிப் போனாலும் அதற்குரிய மவுசே தனி! படிதாண்டா பத்தினிகள் போல் இந்தப் படி தீண்டிய வேட்டிகள் பரிசுத்தமானவை!



ஹாஸ்யங்கள்!

✱ பார்க் : டைடல் பார்க் யுகத்தில் மலை, மடு, குளம் என்று கட்டி, கொத்துமல்லியை விதைக்கும் பத்தாம் பசலித்தனங்களெல்லாம் மலை ஏறி விட்டன. எல்லாம் டாபிகல் சமாசாரங்களை செட் போட ஆரம்பித்தாயிற்று.

சென்ற வருடம் 'ராமர் இஞ்சினியரா?' என்று யாரோ கேட்டுவிட, சீதா மாமி வீட்டில் 'அயோத்தியா காலேஜ் ஆஃப் டெக்னாலஜி' என்று அட்டையில் மாடல் செய்து, ராமர் தன் சகோதரர்களோடு ஒரு கையில் டில்கோயரும், மறு கையில் வழக்கமான வில் அம்போடு மரஉரியோடு உள்ளே போவது போல அமைத்திருந்தார்கள். பார்க்க வந்த ஒரு பொடி பையன் ''அனேகமா ஃபிரீ சீட்தான் கிடைச்சிருக்கணும்... இல்லேன்னா நாலு



பெருக்கும் பேமெண்ட் சிட்னா தசரதர் அயோத்தியை விக்க வேண்டியதாய் இருந்திருக்கும்'' என்றான்.

✱ பரிசு : வைத்துக் கொடுக்கும் வஸ்துக்கள் அனேகமாக வைது கொடுக்கும் வஸ்துக்களாகவே இருக்கக்கூடம். 'போன வருஷம் ஒரு பீத்த பிளாஸ்டிக் கூடையைக் கொடுத்துட்டு இந்த வருஷம் தன் ரெண்டு பொண்ணோட வந்து மூணாய் வாங்கிண்டு போறாளே' என்று முணுமுணுத்தால், ''பத்து வருஷத்துக்கு முன்னாடி மாமியாருக்காக வாங்கி வைச்ச மட்டமான ரவிக்கைத் துணிதான் அது. அப்போ உனக்கு வைச்சுக் கொடுத்தது நல்லவேளையா மாமியார் ஞாபகமா இருப்பிட்டே...'' என்று வாங்கிக் கட்டிக் கொள்வீர்கள்.

✱ பாட்டு : காதையும் மூடிக் கொள்ள முடியாமல், 'ஙங்' என்று கையை நீட்டிக் கொட்டவும் முடியாமல் கொலுவிருக்கும் அப்பாவி பொம்மை நடுவர்களின் முன்னால் நடக்கும் சூப்பர் (அ) சிங்கர் நிகழ்ச்சி! உயிரற்ற பொம்மைகளையன்றி அதை யாரும் காதில் போட்டுக் கொள்வதாகத் தெரியவில்லை. வந்த மாமியை வம்பிழுக்கவே பாடச் சொல்லிவிட்டு, அங்கிருந்து அடுத்த வினாடியே அகன்று கைபேசியில் யாருடனாவது அரட்டை அடித்து விட்டு வருவதே திமிர்தான். அதில் ''சரி என்னமோ பேசிண்டே இருந்தயே... கவனிக்கவே முடியலே... ஆமாம், ஒரு பாட்டு பாடுன்னு சொன்னேனே... பாடேன் கேட்போம்'' என்ற நக்கல் வேறு!

✱ பருப்பு : அந்தக் காலங்களில் கொண்டைக்கடலை மட்டும்தான் முடிசூடா பருப்பாக நவராத்திரி சுண்டலுக்காக அங்கீகரிக்கப்பட்டு வந்தது. தசாவதார கமல் போல அந்தச் சிறுத்து



கருத்த கொண்டைக்கடலைக்கு ஒருநாள் வெறும் தாளிப்பு, மறுநாள் மசாலா என்று ஒன்பது கெட்அப்களில் உலாவிடுவார்கள். வேகாத சுண்டலைக் கொடுத்து விட்டு, ஒரு மாமி சிறுமியை பாடச் சொன்னது பிசகாகிவிட்டது.

'கல்லை மட்டும் கண்டால் சுண்டல் இங்கில்லை

சுண்டல் மட்டும் உண்டால் பல்லும் இங்கில்லை'

என்று தசாவதார பாடலுக்கு வேறு அவதாரம் கொடுத்தாள். அது ஏன் பாவம் கொலு பொம்மைகளென்றால் அத்தனை இளக்காரமோ? லட்டு, ஜாங்கிரி என்று ஒன்பது நாளும் செய்ய ஸ்வீட் வகைகளா இல்லை... திரும்ப பாவம் பருப்பு சுண்டல்கள்... ஒரு வேளை போன ஜென்மங்களில் கடற்கரையில் சுண்டல் தின்று காதலித்து விட்டு துணையை கைவிட்ட பாவிகளோ இந்த பொம்மைகள் என நினைக்கத் தோன்றுகிறது.

✱ பழங்கள் : அநேகமாக இவற்றை அதிலும் வாழைப் பழங்கள் என்றால் ஒரு சீப்பாக வாங்கி வைக்கும் தினங்



களில் ஒரு ஈ, காக்காய் கொலுவிற்கு வராது. அழுகினதை அடுத்த நாள் மாட்டுக்குக் கொடுத்துவிட்டு எண்ணி இரண்டே பழங்களை நைவேத்யத்திற்கு மட்டும் வாங்கிவரும் நாட்களாகப் பார்த்து பலாப்பழத்து ஈயாய்க் கூட்டம் மொய்க்கும். ஆகவே இதற்கெல்லாம் கதளிப் பழம் லாயக்குப்படாது... சாத்துக்குடியே சாலச்சிறந்தது. லாட்டாக ஒரு கூடையையே வாங்கிப் போடலாம் சமயசஞ்சீவி. ஆனால் இதை வெற்றிலை பாக்கோடு வைத்துக் கொடுத்தால், வாங் கிக் கொள்பவர்கள் மேலேயும் கீழேயும் பார்ப்பார்கள்! இப்போதெல்லாம் ஆப்பிளே ஆர்டினரி பழமாகி விட்டது. மினி பலாபழங்களை 'ட்ரை' பண்ண லாம்.

✱ பண்டிகை சிந்தனைகள் :

பண்டிகையின் ஒன்பதாவது நாள் சரஸ்வதி பூஜையை நடத்திக் கொடுக்க சாஸ்திரிகள் லேட்டாகத்தான் நுழைந் தார். அந்தச் சமயம் பார்த்து அவர் செல் லில் 'மொழுமொழுன்னு யம்மா யம்மா' என்ற குத்தாட்ட ரிங்டோன் ஒலித்து அவரை குந்தவிடாமல் செய்தது. வெளியே ஓடி பேசப் போனவர்தான்... நல்ல நேரம் போய் ராகுகாலம்தான் வந்தது. அவர் பேசி முடித்து வந்த பாடில்லை. இடையே கர்மசிரத்தையாக யாரோ டீவியை இயக்கியதில் 'உன் குடும்பமே நாசமாகப் போகிறது பாரு' என்று சீரியஸ் நல்மொழி சுபசகுனமாக காதில் விழுந்தது.

ஆக என் முதல் யோசனை, ஆயுத பூஜையில் செல்போனையும் டீ.வி.யை யும் அதிமுக்கியமான ஆயுத லிஸ்ட்டில் சேர்த்து பூஜித்தே ஆகவேண்டும் என்று மதகுருமார்கள் உபதேசிப்பது உத்தம மாகப்படுகிறது. அந்த ஒரு நாளேனும் யுகம், சுகம் காணட்டுமே!

இரண்டாவது பெட்ரோல், டீசல் என காஸ்ட்லி வஸ்துக்களை விழுங்கி பழக் கப்பட்ட வாகனங்களுக்கு பொரி, கடலை, அச்சு வெல்லம் என்ற குசேல நைவேத்யங்கள் செய்வது அடாத செய லாகத் தோன்றுகிறது. இந்த வெறுப்பில் தான் அவை அத்தனை விபத்துக்களை ஏற்படுத்தி பழிவாங்குகின்றனவோ தெரியவில்லை.

ஷோக்காகக் குளித்துவிட்டு சந்தனம் பூசிக் கொண்டு,கலர் கலரான காகிதங் களை உடுத்திக் கொண்டு, இரண்டு பக்கம் வாழைக் கன்றுடன் அவை ஒய்யாரமாக புறப்பட்டாலும், தெரு நெடுகக் கிடக்கும் நசுங்கின பூசணிக் காய்களின் மேல் அவற்றின் டயர் பதிந்து அசிங்கப்படுகின்றன.

இதைத் தவிர்க்கவும், வாகன நைவேத் யம் மேம்படவும் ஒரு யோசனை. சுற்றிப்போடும் பூசணியை சர்க்கரை யோடு வாணலியில் போட்டுக் கொஞ்சம் கிளறுங்கள். பூசணி அல்வா ரெடி! வாகனங்களுக்குக் காட்டுங்கள்; வாகனங்களும் வாழ்த்தும்.... பூசணியும் வாழ்த்தும் உருப்படியானதற்கு! ●





வசீகர

'வாழை' மங்கலத்தின் அடையாளம். இந்துக்களின் வழிபாடுகளில் வாழை முக்கியப் பங்குவகிக்கிறது. இதனைக் கருத்தில் கொண்டு 'மங்கல வாழை விழா' ஒன்றை ஸ்ரீ நந்தலாலா ஆன்மிக அமைப்பு தனது பெங்களூர் கிளையில் கடந்த ஆகஸ்ட் மாதம் 2ம் தேதி கொண்டாடியது.

கர்நாடக மாநிலத்தில் மக்கள் அனைத்து சுபநிகழ்ச்சிகளையும் சத்ய நாராயண பூஜையுடன் நிறைவு செய்கின்றனர். இதனைக் கருத்தில் கொண்டு சத்யநாராயண பூஜையில் இரண்டு வாழை மரங்கள், ஒன்று ஆணாகவும், மற்றொன்று பெண்ணாகவும் அலங்கரிக்கப்பட்டிருந்தது. திருமணம் நடைபெற வேண்டிக் கொள்பவர்களும், பிள்ளைப்பேறு வேண்டுபவர்களும் பிரார்த்தனை செய்து கொண்டு வாழை மரங்களுக்கு மாலை அணிவித்து அர்ச்சனை செய்து வழிபட்டனர்.

'எங்கெங்கு காணினும் மங்கல வாழையடா!' என விழா மண்டபம் மிளிர்ந்தது. கூடத்தின் நடுவில் சத்யநாராயண பூஜை மண்டபம்.

மேடையின் மேல் வாழை இலைக் குடை, வாழைப்பூவில் செய்யப்பட்ட கருடன், பச்சை இலைப் பாம்பு என எல்லாமே படு தத்ரூபம்!

டெல்லி, மஹாராஷ்ட்ரா, மேற்கு வங்காளம், குஜராத், தமிழ்நாடு, கர்நாடகா, கேரளா என பல மாநிலங்களின் வாழைகளும் கண்காட்சியில்

வாழை விழா!





இருந்தன. 'சுண்டிக் கண்ணன்' வாழை, கேரளா மாநிலத்தைச் சேர்ந்தது. குழலூதும் சுட்டிக் கண்ணனின் திருவாய் அமைப்பில் இருந்த சுண்டிக் கண்ணன் அனைவரையும் சுண்டி இழுத்தது.

கண்காட்சியில் வாழை இலைப் பிள்ளையார், வாழைத்தண்டு திரி, வெள்ளெருக்குத் திரி, தாமரைத் திரி மூன்றும் சேர்ந்த அகல் தீபம் என எல்லாமே வாழைமயம்!

வாழையினாலான பைகள், செல்ஃபோன் பவுச், ஃபைல்கள், கீ செயின், வாழ்த்து அட்டைகள், பேப்பர், வாழை நாரிலனாலான பொம்மைகள், குங்குமச் சிமிழ், வளையல், தோடு, கோஸ்டர்ஸ், வாழை லேம்ப் ஷேடுகள் இப்படி பற்பல பொருட்கள் கண்காட்சியில் கண்களுக்கு விருந்தளித்தன.

அடுத்த ஸ்டால் வாழை உணவு வகைகள். வாழை நேந்திரம் வறுவல், வெல்ல சிப்ஸ், வாழைக்காய்ப் பொடி, வாழைத்தண்டு வடகம், வாழை மொரபா, வாழைப்பழ ஊறுகாய், வாழை அல்வா ஒரு பக்கம் கடைவிரித்திருக்க, மறுபக்கம் வாழைக்காய் பஜ்ஜி, அப்பம், ரசகுல்லா போன்றவை சுடச்சுட விற்பனை ஆயின.

இல்லத்தரசிகளுக்கு வாழையினால் செய்யக்கூடிய உணவு வகைகள் குறித்த போட்டியும் நடந்தது! அதிலிருந்து 82 உணவுக் குறிப்புகள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு 'மங்கல பாழே' (மங்கல வாழை) என்ற தலைப்பில் புத்தகமாக வெளியிட்டிருந்தது ஒரு புதுமையான முயற்சி.

பூஜையின் நிறைவில் வாழைத் தொன்னையில் வாழைத்தண்டு பச்சடியும், வாழைப்பழ கேசரியும் பிரசாதமாக விநியோகிக்கப்பட்டது ஹைலைட்!

- பூர்ணிமா, சென்னை - 4.



"ஏம்மா கத்துது?"

எனது மகளுக்கு 2½ வயது. அவளுக்கு தோட்டத்தில் சாப்பாடு கொடுத்துக் கொண்டிருந்தேன். திடீரென "யாராவது தன் பெயரைத் தானே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லுவாங்களா அம்மா?" என்றாள். "மாட்டார்களே" என்றேன். உடனே அவள், "பின்னே என்னம்மா, இந்த காக்கா மட்டும் எப்பவும் தன் பெயரையே சொல்லிச் சொல்லி கத்துதே; ஏம்மா?" என்றாளே பார்க்கலாம்!

– வி. மணிக்குபா, சென்னை - 26.



என் பேரன் ரிஷிக்கு 3½ வயது. அவன் நண்பன் ஆகர்ஷ்க்குப் பிறந்த நாள் வந்தது. "எனக்கு 'லாலிபாப்'னா ரொம்பப் பிடிக்கும். அதையே கொடுத்து விடுகிறேன்" என்றான் ரிஷி! அவனுடைய அம்மாவோ, "ஆகர்ஷ், உன்னுடைய பெஸ்ட் பிரண்ட் ஆச்சே! பெருசா ஏதாவது கொடுக்கணும்" என்றாள். அதற்கு ரிஷி, "எல்லாத்தையும் விட ஹிமாலயன் மவுண்டன் பெரிசு என்று நீதான் சொல்லியிருக்கியே... அதையே கொடுத்துடலாம்!" என்றான் ரொம்ப கூலாக! அவனுடைய பதில் எங்களுக்குச் சிரிப்பையும், மகிழ்ச்சியையும் அளித்தது.

– ராதாலக்ஷ்மி சிவராமன், கோவை.

எனது 7 வயது பேரன் ஆதித்யா. ஒருநாள் மெட்ராஸுக்கும், பெங்களூருக்கும் பெயர்கள் மாறியதைப் பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருந்தோம். உடனே அவன், "பாம்பேக்கு மும்பை என்று மாறியது ஏன் தெரியுமா?" என்று கேட்டான். நான் யோசிப்பதற்குள் அவனே "'பாம்பே' என்று பெயர் இருந்தபோது நிறைய 'பாம்'கள் வெடித்தன. அதனால்தான் 'மும்பை' என்று மாற்றி விட்டார்கள்" என்று கூறினான். நாங்கள் அப்படியே அசந்து விட்டோம்!

– இந்திரா சங்கர், பெங்களூரு - 40.

இன்றைய இளைஞர்/ஞிகளின் முதல் மூச்சு, முழு மூச்சு பணம்தான். ஏன் முடிவு மூச்சும் கூட அதுதான்.

முதல் மாதமே முப்பதாயிரம் ரூபாய் சம்பளம் கொடுக்கும் கம்ப்யூட்டர் கம்பெனி வேலையானாலும் அது திருப்தியைத் தருவதில்லை. ஐம்பதாயிரம் கிடைக்குமா இல்லை அடுத்த கம்பெனிக்குப் போவோமா என்றுதானே நினைக்கிறார்கள்.

மாதம் ரூ. 1 இலட்சம் கிடைப்பவருக்கு, ஒரு மாதத்திற்கு அமெரிக்காவில் 10,000 டாலர் வாங்குபவரைப் பார்த்து பொறாமை. இந்த வருடம் பத்து இலட்சம் வியாபாரம் - 1 இலட்சம் இலாபம் என்றால் அடுத்த வருடம் 30-40 இலட்சம் வியாபாரமும், 4-5 இலட்சம் இலாபமும் கிடைத்தால்தான் திருப்தி.

இவ்வுலகில் வாழப் பணம் முக்கியத் தேவைதான். ஆனால் பணம் எவ்வளவு வேண்டும்? பணமிருந்தால் மட்டும் போதுமா? அது எல்லா வளத்தையும் குறிப்பாக - மனவளத்தையும் அளிக்குமா இல்லை அழிக்குமா?

பணமில்லாமல் கஷ்டப்படுபவர்களைப் போலவே, பணத்தைத் தேடி அலைந்து, உடலையும் மனதையும் வருத்தி, குடும்பத்தையும் சேர்த்துக் கஷ்டப்படுத்துவோர் பலர்.

பணம் என்பது என்ன என்பதைக் குறித்து நாமே நம் இளையதலை முறையினருக்குத் தவறாக சொல்லிக் கொடுத்திருக்கிறோம். ஒரு பள்ளியில் 5-ஆம் வகுப்பு குழந்தைகளைப் பார்த்து ஆசிரியர், ''நீங்கள் பெரியவர்களான பின் என்னவாக விரும்புகிறீர்கள்?'' என்று கேட்டார். பட்டென்று பதில் வந்தது. ''நான் ஹர்ஷத்மேத்தாவாக ஆவேன்'' என்று.

இது ஏன்? சற்று சிந்தியுங்கள். நமது குழந்தைகள் படித்து முன்னேறி விஞ்ஞானத்திலோ, இலக்கியத்திலோ 'நோபெல்' பரிசு பெறவேண்டும் என்ற எண்ணத்தைவிட, பெரும் செல்வத்தை எப்படிச் சீக்கிரம் அடைவார்கள் என்றே கனவு காண்கின்றோமோ?

பணம் சம்பாதிப்பது என்பது ஒரு கெட்ட செயல் அல்லதான். ஆனால் அந்தப் பணத்தை எதற்கு சம்பாதிக்கிறோம்? எதற்காக அதிகம் செலவிடுகிறோம் என்பது முக்கியமான விஷயமல்லவா?

எனக்குத் தெரிந்த நண்பரின் மகள், அவள் அம்மாவை அடிக்கடி, ''உதவாக்கரை'' என்று திட்டுவாள்.

''நீ படித்திருந்தும் வேலைக்குப் போகவில்லையே, ஏன்? குறைந்த பட்சம் வீட்டிலிருந்தபடியே ட்யூஷன் எடுத்திருந்தால் எவ்





வளவோ சம்பாதித்திருக்கலாமே! அதை அவ்வப்போது காலி இடங்களாகவோ ஃபிளாட்களாகவோ வாங்கிப் போட்டிருந்தால், இன்றைக்கு அவை பல இலட்சங்களாகத் தேறி இருக்குமே'' என்று கூறுவாள்.

பாவம் அந்த அம்மா, பதில் பேசாது மௌனமாக இருப்பார். அவர் அப்படிச் செய்திருந்தால், அதற்காகவே, தனது நேரங்களைச் செலவிட்டிருந்தால், இந்தப் பெண்ணுக்கு வேளா வேளைக்கு ருசியாக சமைத்திருக்க முடியுமா, இல்லை இவளையும், இவளது தந்தையையும் நோய் நொடியின்றி நன்றாகக் கவனித்து இருக்க முடியுமா? இல்லை இவள்தான், தாயாரின் முழு நேரக் கவனிப்பில்லாமல் ஐ.ஐ.டி. யில் சேர்ந்து முன்னேறி இன்று அமெரிக்காவில் மாதம் 12 இலட்சம் சம்பாதித்திருக்க முடியுமா?



நம்ப முடியாத, ஆனால் உண்மையில் நடந்த கதையைக் கூறுகின்றேன். கேளுங்கள் - அதிபுத்திசாலியைப் பெற்று எடுத்த ஒரு அம்மா, மிக கஷ்டப்பட்டுத் தன் மகனைப் படிக்க வைத்து அவனை வெளிநாட்டுக்கு அனுப்ப வேண்டும் என்றே ஒரே குறிக்கோளோடு செயல்பட்டு, அவ்வாறே அனுப்பி வைத்தாள்.

அங்கே கோடி கோடியாக சம்பாதித்த மகன், தன் விதவை அம்மாவைத் தன் கூட அழைத்துச் செல்வதாகச் சொல்லி இந்தியா வந்தான். இறந்த அப்பா பெயரிலும், நலிந்த அம்மா பெயரிலும் இருந்த சொத்துக்களை எல்லாம் விற்று பணம் ஆக்கினார்கள். அந்தத் தாய் சந்தோஷமாக, நிம்மதியாக ஆனால் தாய்நாட்டை விட்டுப் போகின்றோமே என்ற ஏக்கத்துடன் மகனுடன் விமான நிலையத்துக்குச் சென்றாள். செக்-இன்-கவுண்டருக்குப் போன மகன் திரும்பவேயில்லை. காத்து இருந்த அம்மாவிற்கு நடந்த விஷயம் புரிய வெகு நேரமாயிற்று. அந்த பெற்ற மனம் கலங்கிக் கதறியழுத காட்சி தினசரிகளில் செய்தி ஆயிற்று.

இதற்கு, அந்த மகனை மாத்திரம் குறைசொல்ல மாட்டேன். அமெரிக்கா வாழ்க்கை அவனை என்னதான் சீரழித் திருந்தாலும் ஆரம்பத்திலேயே, அவனுக்குப் பாசத்தையும், நேசத்தையும் அவனது தாயல்லவா ஊட்டியிருக்க வேண்டும்?

பணம் பெரிதல்ல, பாசமே பெரிதென்பதை உணர்வதற்கு வாய்ப்பு தராதது யார்?

- சோம. வீரப்பன், சென்னை.

சுறுசுறுப்பான விற்பனையில்...

சாதனை

இது வெற்றிப் படை!



சாகஸம்



ஒலிம்பிக் ஆல்பம்!

சிறுகதைப் போட்டி முடிவு

கோகுலம்

செப்டெம்பர் 2008 விலை ரூ.8/-

குழந்தைகளின் குதூகலம்!

கார் அந்த நட்சத்திர ஹோட்டல் முன் நின்றது. சுதாகர் காரை நிறுத்தி விட்டு வரும் வரை பார்வையை சுழல விட்டேன். டவாலியும், விசிறி மடிப்புத் தொப்பியும் அணிந்த வாயிற்காவலன் மடிந்து வணங்கி நெற்றியில் ஜவ்வாது வைத்து உள்ளுக்கு அனுப்பினான். பெரிய ஹாலைத் தாண்டி திறந்தவெளி. ஒருபுறம் நீச்சல் குளம். ஒட்டியே பெரிய புல்வெளி. அங்கங்கே நாற்காலி மேசைகள். சீராக வெட்டப்பட்ட மரங்களிலிருந்து வெளிச்சமும், இசையும்...

''இந்த மாதிரி இடமெல்லாம் எனக்குப் பழக்கமே இல்லை'' என்றேன்.

''இதையெல்லாம் எப்பத்தான் அனுபவிக்கிறதாம்? என்ஜாய்!'' என்று சொல்லி பேரரிடம் என்னவோ கொண்டு வரச் சொன்னான்.

''நீ ரொம்பத்தான் மாறிட்டே. உன்னை மாத்தினது சம்பளமா, இல்லை பங்களூருவின் புதுக்கலாச்சாரமா? எது?'' என்ற என் கேள்விக்கு பதில் சொல்லாமல் மையமாய்ச் சிரித்தான். அங்கங்கே மேசைக்கு மேசை கூட்டம் குழும ஆரம்பித்தது.

திடீரென்று அறிவிப்பு ஒலிக்க புல்வெளி முழுவதும் நிச்சலனமானது.

''என்ன சுதாகர்?'' என்றேன் நண்பனிடம் சன்னமாய்.

''காமினி ஆடப்போறா இப்போ. பார்த்ததில்லையே நீ? அசந்துடுவே!''

உண்மைதான். அரபுக் குதிரை போல் அத்தனை வளர்த்தி. செழுமையான உடல்வாகு. தாழம்பு நிறமும், மேடும், சரிவுமாய் அப்படி ஒரு வடிவழகு. முதுகைக் காட்டிக் கொண்டு, எதிர்ப்புறம் வணங்கிக் கொண்டிருந்தவள், எங்கள் பக்கம் திரும்பியதும் அதிர்ந்தேன்.

அது ஈஸ்வரி... காமேஸ்வரி. காமேஸ்வரியேதான். வேறு யாருக்கு வரும் இத்தனை ராஜகளையும், கம்பீரமும்?

சரேலென என் நினைவு பெங்களூரை விட்டு அகன்று, மலமங்கலத்தை நோக்கிச் சென்றது.

எங்கள் கிராமத்தின் விசாலமான அழகுத் தெரு எதுவென்றால், எல்லா ஊரையும் போல் சன்னதித் தெருவைத்தான் சொல்ல வேண்டும். கிழக்கே சிவன் கோவிலிலிருந்து ஆரம்பிக்கும் வீதி, நீள, அகலமாய்த் தொடர்ந்து பெருமாள் கோவில் பக்கத்தில் போய் முடியும். அந்தத் தெருவின் அழகுக்கு ஈடுகொடுக்கும் விதத்தில் மேலக்கோடியில் தெற்கு பார்த்து பிரம்மாண்டமாய் இருக்கும் அரண்மனை.

அம்மா பாட்டு டீச்சர்

எஸ். கமலா இந்திரஜித்



ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி
ரூ.10,000 முதல் பரிசுக் கதை



அந்த வீட்டுப் பெண் ஈஸ்வரிக்கு பாட்டு சொல்லிக் கொடுக்கப் போகும் அம்மாவுடன்,

பல்லக்கு!

அடம்பிடித்து நானும் அவள் கையைப் பிடித்துக் கொண்டு ஒரு நாள் அந்த அரண்மனை வீட்டிற்கு சென்றேன். ஏதோ வேற்று கிரகத்தில், நுழை வதைப் போல் இருந்தது எனக்கு. தொங்கும் சர விளக்கு, திரைச்சீலை, ஓவி யங்கள், அரண்மனைக் காட்சிகள் நெஞ்சை அள்ளின.

''வாங்க!'' என்று வர வேற்ற பெண்ணிற்கு பத்து வயது இருக்கும். ''ஈஸ்வரி, இது என் பையன் பாபு. இந்த அரண்மனை வீட்டை யும், உன்னையும் பார்க் கணும்னு அடம்பிடிச்சு வந்திருக்கான்!'' என்றாள் அம்மா. அந்தப் பெண் ஒன்றும் சொல்லவில்லை. உதடு பிரியாமல் ''அப் படியா?'' என்பது போல் ஒரு

மென்சிரிப்பு. அவ்வளவுதான்.

பாட்டு கிளாஸ் நடந்தது. சுருதி சேர்த்து இழைய இழைய அம்மா குரல் வெள்ளிக் கம்பியாய் நீள, ஐஸ்வரியின் குரல் ஒத்திசைந்து தங்கக் கம்பியாய் கூடவே நீண்டது. வெள்ளிக் கம்பி எங்கெங்கு சென்றதோ, கூடவே தங்கக் கம்பியும் சென்றது. நின்றது. சஞ்சாரம் செய்தது. மிதந்தது.

வீட்டிற்குத் திரும்பும் பொழுது அம்மா கதை கதையாய்ச் சொல்லிக் கொண்டே வந்தாள். அந்தக் காலத்து ராஜவம்சமாம் இவர்கள். பக்கத்து ஊர் ராஜா தஞ்சாவூர் அரண் மனைக்கு நிகராக எங்களூரிலேயே ஒரு அரண்மனை கட்டி அதில் வைத்திருந்தாராம் இவள் பாட்டியை. எப்போதாவது மன்னர் தேர் வந்து நிற்குமாம். இரண்டு மூன்று நாட்கள் இருந்துவிட்டு தலைநகர் திரும்புமாம். அரண்மனை கட்டிக் கொடுத்த மன்னர், ஏழெட்டு கிராமங் களையும் பட்டயம் எழுதித் தர இவர்கள் காலம் நல்லபடியாய் போய்க் கொண் டிருந்தது.

குறைந்தது இருநூறு பேராவது இருக்க வேண்டிய ராஜ அரண்மனையில் ஐஸ்வரியும், அவள் அம்மாவும் மட்டும்!

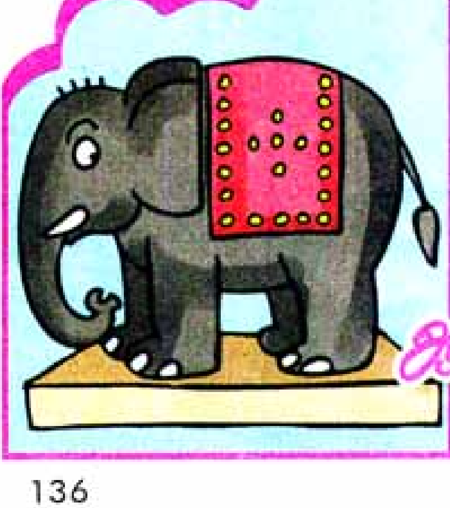
''பத்து வயசு பொண்ணுக்கு சாகித ஞானமும், குரல் வளமும்... அப்பப்பா! அசாத்தியம். சங்கதிகளை சடார்னு பிடிச் சுக்கும். படுபுத்திசாலி. பாட்டு மட்டு மில்லே; டான்சும் அப்படி ஆடுமாம்.''

அரண்மனையின் கொல்லை முடியும் இடத்தில், வேலிப்படலைத் தொட்டுக் கொண்டு வெண்ணாறு ஓடியது. [illegible]வர் களுக்குச் சொந்தமாய் பெரிய படித் துறையே இருக்கிறதாம்.

''நல்ல ரசனையுள்ள மன்னர்தான்!'' என்று நினைத்துக் கொண்டே, ''அம்மா அங்க ஒருநாள் அழைச்சிட்டு போம்மா?'' என்றேன்.

''ஆரம்பிச்சுட்டியா அடுத்தது? அரண் மனை பார்த்தாச்சு. அடுத்த கட்டம் ஸ்நான கட்டமா? பேசாம இரு. அந்த ரங்கநாயகியம்மாள், அதான் ஐஸ்வரி யோட தாயார் ரொம்பக் கண்டிப்பு தெரியுமா?''

''பெரிய மனசு பண்ணி உன்னை இன்னிக்கு உள்ளேக்கு அனுமதிச்சதே பெரிய விஷயம் தெரியுமா? போச பதி னெட்டாம் பெருக்கப்போ அந்தப் படித் துறையில் சாதகம் நடந்தது. சமையல்



ஆடைகளில் ஒட்டும் கற்கள், இப்போது கடைகளில் நிறைய கிடைக்கின்றன. பொம்மைகளின் ஆடைகளில் உங்கள் கற்பனைக்கேற்றவாறு ஃபேப்ரிக் க்ளூ தடவி ஒட்டலாம். ஆடைகள் ஜொலிக்கும். யானை யின் முதுகில் ஒரு சதுர துண்டு வெல்வெட் துணியை ஒட்டி, அதன் ஓரங் களில் வரிசையாகக் கற்களை ஒட்டினால் மிக அழகாக இருக் கும்.

- வே. சித்ரா
கும்மிடிப் பூண்டி

காரி அவ்விக்கு தன் ஆறு வயதுப் பையனை அழைச்சிட்டு வந்திருந்தா. எல்லாம் சேர்ந்துதான் குளிச் சோம். அந்தப் பையன் தண்ணிக்குள்ள மூழ்கி விளையாட்டு காட்டிட்டு இருந்தான். குளிச்சு முடிச்சாச்சு. இந்தப் பெண் ஈஸ்வரி கரை ஏறிடுச்சு. வெள்ளை வெளேர்னு காலும் முதுகும் மின்னியது. உடுப்பு மாத்தணும். அப்ப அவ அம்மா ரங்கம் என்ன பண்ணினார் தெரியுமா?

''நீ தண்ணில முழுகுடா கொழந்தே. நா ஒண்ணு ரண்டு என்றேன். எத்தனை வரைக்கும் மூச்சுப் பிடிக்கறன்னு பார்க்க லாம்னு அந்தப் பையன் தலையை தண்ணிக்குள்ள வச்சு அழுத்திட்டா. ஒண்ணு, ரெண்டுன்னு சப்தமா எண்ணிக் கிட்டே தன் பெண்ணைப் பார்த்து சீக்கிரம் உடுப்பை மாத்தச் சொல்றா. கூட நின்ன எனக்கு உயிரே இல்லை. குழந்தை என்ன ஆனானோன்னு பதைப்பு. நல்லவேளை! ஒருவழியா ஈஸ்வரி புது உடுப்பிற்கு வந்தப்புறம் தான் தண்ணிக் குள்ள வச்சு அழுத்தின கை, தலையை விட்டுது. பாவம், அந்தப் பையனுக்கு கண்ணெல்லாம் ரத்தம் பாய்ஞ்சு, முகம் வெளிறி ஐயோ!'' என்று அம்மா விவரித்துக் கொண்டே வந்தாள்.

''அம்மா உள்ளே, முத்தத்துக்கு பக்கத்துல ஓடம் போல என்னவோ இருந்துச்சே, என்னது அது?''

''அது மூடுபல்லக்கு.''

''அப்படீன்னா?''

''இப்ப கார் இருக்காப்போல, அந்தக் காலத்து வாகனம். அரண்மனைப் பெண் கள் கோவிலுக்கோ, வெளியூரோ போகும்போது அதுக்குள்ள உட்கார்ந்து திரையை இழுத்து விட்டுப்பாங்களாம். இப்ப பயன்படுத்தறது இல்லை. ஆயுதப் பூஜை அப்போ சாம்பிராணி போட றப்போ பார்த்திருக்கேன். உள்ளுக்குள்ள கலைநுணுக்கத்தோட, அத்தனை நுட்பமா மர வேலைப்பாடும், ஓவிய மும் இருக்கும். காமேஸ்வரி பாட்டி காலம் வரை அதில்தான் பயணம். இப்ப அம்மாவும் பெண்ணும் போறது, வர்றதெல்லாம் காரில்தான்!''

அடுத்த இரண்டு வருடங்கள் அம்மா வாரம் இருமுறை அந்த அரண் மனை விட்டிற்குச் சென்று பாட்டு சொல் லிக் கொடுத்தாள். ஒவ்வொரு முறை வரும்போதும் காமேஸ்வரி பற்றிய ஏதோ ஒரு செய்தியுடன்தான் வருவாள்.

''அந்தப் பொண்ணுக்கு ஸ்திர புத்தி யில்லை. கர்நாடகச் சங்கீதமும் பரத நாட்டியம் அலுத்துடுச்சாம். வெஸ்டர்ன் டான்சும், பாலேயும் கத்துக்குது. எக்கேடும் கெடட்டும்; நம்மனை விட்ட வரைக்கும் சரி!'' என்று அங்கலாய்த்து



ஆஹா 50!

கொத்துக்கடலை

சுண்டல் செய்யும் பொழுது வழக்க மாக வறுக்கும் தனியா, சீரகம், மிளகாய் வற்றல், தேங்காய்க் கலவையில் ஒரு ஸ்பூன் ஓமத்தையும் வறுத்துப் பொடி பண்ணி சேர்த்துப் பாருங்கள். கூடுதல் சுவையோடு, எளிதில் ஜீரணமும் ஆகும்.

- ஆர். சாந்தா, சென்னை - 4.

ஒய்ந்தாள் அம்மா.

அதற்குள் என் தந்தைக்கு தஞ்சா வூருக்கு மாற்றல் கிடைத்துவிட, எங்கள் குடும்பம் இடம்பெயர்ந்தது. அத்துடன் என் மேற்படிப்பு, வேலை என்று பர பரப்பாய் இயங்க ஆரம்பித்து விட் டேன். நடுநடுவில் வீட்டு வாடகை வசூல் பண்ணவும், குத்தகை நெல் பணம் வாங்கி வரவும் மணமங்கலம் போய் வரும் அம்மா, ஏதாவது ஒரு கதையைக் கொண்டு வருவாள் அரண்மனை பற்றி.

கடைசியாய் சென்ற வருடம் போய் வந்தவள், ''அந்த ஈஸ்வரி காலேஜ்ல படிக்கறவன் யார் கூடவா ஓடிப் போச்சாம்!'' என்றாள்.

எனக்கு அதிர்ச்சியாய் இருந்தது. ஓடுகிற திருவா அது! அத்தனை அழகை யும், கம்பீரத்தையும் கட்டி ஆள யாருக்கு துணிவிருக்கும்? அந்த அரண்மனை தவிர வேறு எந்த இடத்துடனும் அந்த வடிவழகை பொருத்திப் பார்க்கவே முடியவில்லை என்னால்.

''ஏய், பாபு, பாபு!'' என்று என் தோள் தட்டி உலுக்கினான் சுதாகர்.

'ம்?' என்று கலைந்தேன்.

''காமினி டான்ஸ்ல தூங்கினது நீ ஒருத்தன்தாம்பா! இதோ நல்லா கவனி. முக்கியமான இட்டம் பார்த்துட்டுப் போயிடலாம்.''

எங்கிருந்தோ வந்து வழிந்த இசை யின் தாளக்கட்டுக்கு தப்பாமல் கச்சித மாய் இடுப்பசைத்து ஆடிக் கொண் டிருந்தாள் காமேஸ்வரி. ஆதிநாளில் கற்றுக் கொண்ட எல்லா வகை நடனப் பயிற்சியும் கைகொடுக்க அத்தனை துல்லியமாய் ஆடினாள்.

அவளைக் கொண்டு வந்தவன் ஏமாற் றினானா? அல்லது இவளே இதற்காகத் தான் ஓடி வந்தாளா?

அடுத்து அவள் ஒவ்வொரு ஆடை யாய் அகற்றிய போது, அந்த மூடு பல்லக்குத்தான் என் கண் முன் வந்து போனது. சுற்றிலும் பார்த்தேன். அத் தனை நூறு கண்களும் காமேஸ் வரியை... இல்லை, இல்லை, காமி னியை உச்சந் தலையிலிருந்து உள்ளங் கால் வரை அங்குல அங்குலமாய்த் துழாவிக் கொண்டிருந்தன. ஏனோ, அந்த சமையல்காரி மகனின் நீருள் அழுத்தப் பட்ட தலை நினைவிற்கு வந்தது. நன்றா கத் தேடிப் பார்த்தேன். நல்லவேளை அவள் அம்மா அங்கு இல்லை! ●



ஒரு பத்திரத்திலோ, அல்லது முக் கியமான தஸ்தாவேஜிலோ கையெ ழுத்துப் போடுவதற்கு முன்பு, பால் பாயிண்ட் பேனா சரியாக எழுது கிறதா என்று சரிபார்த்து விட்டு கையெழுத்துப் போடவும்.

– அனுராதா பாலாஜி,
சென்னை – 17.



ஒருநாள் மாலை பெட்ரோமாக்ஸ் விளக்கின் வெளிச்சத்தில் கலர் மணிகளை ஒருவன் விற்றுக் கொண்டிருந்தான். அங்கே நின்றிருந்தவர்கள் தயக்கத்துடன் பார்த்தார்களே தவிர யாரும் வாங்கவில்லை.

''ஸார், இந்தப் பாசிமணியை ஒரு கிண்ணத்துல போட்டு தண்ணீ ஊற்றி 2 மணி நேரம் கழிச்சுப் பார்த்தா இதோ இங்கே வெச்சிருக்கில்ல இதே போல பெரிசாயிடும். அப்புறம் தண்ணீரை வடிச்சு ஒரு கண்ணாடித் தம்ளர்லயோ, ஜாடியிலோ போட்டு வைச்சா வாஸ்து சாஸ்திரப்படி ரொம்ப நல்லது!'' என்றான்.

அவ்வளவுதான். அடுத்த நிமிடமே அவன் பை முழுவதும் காலியாயிற்று.

'வாஸ்து' என்ற ஒற்றை வார்த்தையைப் பயன்படுத்தி, சாதுர்யமாக பணம் அள்ளிய அவனது சமயோசிதத்தை மெச்சிக் கொண்டேன்.

- பிரேமா ராவ், ஸ்ரீரங்கம் - 6.



அவற்றையெல்லாம் அனுபவிக்க ஆரோக்ய லக்ஷ்மியின் அருள் கடாட்சம் தேவை. பொருள் இல்லார்க்கு இவ்வுலகு இல்லை என்பார்கள். ஆரோக்கியம் இல்லாதவர்களுக்கு எந்த இன்பமும் இல்லை என்பதும் நிஜம்தான்!

உடல் ஆரோக்கியத்தையும், மன நலனையும் தரும் ஸ்ரீதன்வந்த்ரி பகவா

எட்டு லட்சுமிகளுக்குப்

ஸ்ரீ மஹாலட்சுமியின் பெருமை அளவுக்கு அடங்காதது. உலகில் எங்கெல்லாம் செல்வமும் சிறப்பும் இருக்கிறதோ, அங்கெல்லாம் திருமகள் கோலோச்சுகிறாள் என்று அர்த்தம்.

விஷ்ணுவின் பத்னியாகிய மகாலக்ஷ்மி ஒருவளே ஆயினும் அவளே, தனலக்ஷ்மி, வித்யாலக்ஷ்மி, தான்ய லக்ஷ்மி, வீரலக்ஷ்மி, கஜலக்ஷ்மி, ஸந்தான லக்ஷ்மி, காருண்ய லக்ஷ்மி, விஜய லக்ஷ்மி என எட்டு அம்சங்களுடன் ஸ்ரீதேவியாகக் காட்சியளிக்கிறாள்.

ஆனால், இந்த எட்டு லட்சுமிக்கும் பிரியமான ஒரு லக்ஷ்மி இருக்கிறாள். அவள்தான் வைத்திய லக்ஷ்மி!

நமக்கு, பணம், புகழ், சந்தானம், செல்வம் என எத்தனை விதமான பேறுகள் இருந்தாலும்,

னும், தாயார் ஆரோக்யலக்ஷ்மியும் தம்பதியாக அமர்ந்து அருள்பாலிக்கும் தன்வந்திரி ஆரோக்யபீடம், வேலூர் வாலாஜாபேட்டையில் உள்ளது.

இயற்கை எழில் சூழ்ந்த மூலிகை வனத்தில் அமைந்துள்ள இக்கோயிலில், முதலில் வினைதீர்க்கும் விநாயகரும், பிணி தீர்க்கும் தன்வந்த்ரியும் ஒரே



கல்லில் காட்சியளிக்கின்றனர்.

தியான மண்டபத்தைக் கடந்து சென்றதும், 8½ அடி உயரத்தில் நின்ற கோலத்தில் ஸ்ரீ தன்வந்த்ரியும், அமர்ந்த கோலத்தில் வைத்தியலக்ஷ்மியும் அருள்பாலிக்கிறார்கள்.

அழகியும், அபூர்வியும் அலங்காரியுமான வைத்தியலக்ஷ்மியைக் காண ஆயிரம் கண்கள் போதாது. பத்மாசனத்தில் அபய, வரத ஹஸ்தம் காட்டி அமர்ந்திருக்கிறாள். பெரும்பாலும், லட்சுமி அம்ச தெய்வத்துக்கு, கையில் சங்கு, சக்கரம் இருக்கும். ஆனால் இங்கே வைத்தியலட்சுமியோ, தாமரைப் பூக்களை ஏந்தியபடி, புன்முறுவலுடன்

ரியமானவள்!

காட்சி தருகிறாள்.

தாமரை, மருத்துவக் குணங்களைக் கொண்டது என்பதாலும், அது செல்வம் மற்றும் மலர்ச்சியின் அடையாளம் என்பதாலும் கமலாரூபிணியான ஆரோக்கிய லக்ஷ்மி வரம் தந்து அருள்பாலிக்கிறாள்.

“அமுதம் வேண்டி, தேவர்களும், அசுரர்களும் பாற்கடலைக் கடைந்த போது, கற்பகத்தரு, காமதேனு, ஐராவதம் போன்ற எண்ணற்ற அபூர்வ பொருட்கள் வெளிவந்தன. அதனுடன் மகாலட்சுமியும் வந்தாள். அவளைத் தொடர்ந்து அமுதக்கலசம் ஏந்தி, வெளியே வந்தவர்தான், ஸ்ரீதன்வந்த்ரி பெருமான். நோயின்றி வாழ வைத்யராஜனையும் ஆரோக்யத்துடன் வாழ வைத்ய லக்ஷ்மியையும் மனமாரத் துதித்து, இந்தச் சுலோகங்களை தியானிக்கவும்.

ஸ்ரீ தன்வந்திரி
மகாமந்திரம்

“ஓம் நமோ பகவதே வாசுதேவாய
தந்வந்த்ரயே அமிர்தகலச ஹஸ்தாய
ஸர்வ ஆமய விநாசநாய
த்ரைலோக்யநாதாய

ஸ்ரீ மஹாவிஷ்ணுவே நமஹ!”

ஸ்ரீ ஆரோக்யலக்ஷ்மி காயத்ரி
வைத்திய லக்ஷ்மீச வித்மஹே
ஆரோக்ய ப்ரதாய தீமஹி
தந்நோ ஸ்ரீமகாலட்சுமி ப்ரசோதயாத்

★ ★ ★

ஸர்வ ப்ரமாணா ஸம்பத்தி :
ஸர்வரோக ப்ரதிக்ரியா



ப்ரஹ்மாண்டாந்தர் பஹிர் வ்யாப்தா
விஷ்ணு வக்ஷா விபூஷணி

என்ற ஸ்லோகத்தை தினமும் ஜபித்து வந்தாலும், சகல வியாதிகளும் தீரும்!”

என்கிறார் ஸ்ரீமுரளீதர ஸ்வாமிகள்.

இங்கு தரப்படும் சுக்கு வெல்லப் பிரசாதமும், மூலிகைத் தீர்த்தமும் நோய்களைத் தீர்க்கும் என்பது நம்பிக்கை!

- பி. கற்பகம், ஆட்டையாம்பட்டி.

பூரணி விஜயகுமார், காஞ்சிபுரம்.
எங்கள் மங்கையர் மலரை உங்கள் வீட்டு மங்கைகள் படிக்கும் வழக்கம் உண்டா?

அதையேன் கேட்கிறீர்கள்? எங்கள் வீட்டு மங்கையர், மாதம் ஒருமுறை சூடிக் கொள்வது உங்கள் மங்கையர் மலரைத்தான்... எங்கள் வீட்டு ஆடவர்களுக்கோ, அதில் வரும் 'அன்பே-சுகி சிவமாகும்'...!

சுந்தர் ராமன், நெல்லை.
காதலியை எப்படித் தேர்வு செய்ய வேண்டும்! மனைவியை எப்படித் தேர்வு செய்ய வேண்டும்!

நிச்சயம், மனைவி ஆகப் போகிறவளைக் காதலியாகத் தேர்வு செய்ய வேண்டும்... கல்யாணத்திற்கு பின்பும் காதல் குறையாதவளை, மனைவியாகத் தேர்வு செய்ய வேண்டும்... இதையெல்லாம் விட முக்கியம், அவர்கள் உங்களைத் தேர்வு செய்தார்களா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்!

ப. ராமகிருஷ்ணன், காயக்காடு.



பெண்கள் கண்ணாடி முன்பு

சம்சாரம் மின்சாரம் என்றால்... காதலி...?

காதலி A.C Current என்றால்... சம்சாரம் DC Current...!



சுஜாதா மோகனராசன், காமநாயக்கன்பாளையம்.

காதலித்து வாழ்வது சுகமா..? காதலிக் காமல் வாழ்வது சுகமா..?

வாழ்க்கையைக் காதலியுங்கள்... மரணத்தை சுகமாக முத்தமிடலாம்...!

எஸ். அலமேலு சீனிவாசன், விஷ்ணம்பேட்டை.



...திக நேரம் செலவிடுவதேன்?

வாசகியரின் 'பனீர்' கேள்விகளுக்கு கிரேஸி மோகன் தந்த 'பனீச்' பதில்கள்!

உங்களுக்குப் பிடித்த கர்நாடக இசைப் பாடகி, பாடகர்...?

கர்நாடகம் என்று கேட்டதால்.. பாடகி - பெங்களூர் ரமணியம்மாள்.. பாடகர் - மைசூர் ராஜா அய்யங்கார்...!

யமுனா ரெங்கநாதன், திருச்சி.

உங்களுக்குப் பெண்களிடம் பிடித்த, பிடிக்காத குணம் எது...?

பிடித்தது விட்டுக் கொடுத்தல்... பிடிக்காதது விட்டதைப் பிடுங்கி எடுத்தல்...!

ரஜினி பாலசுப்பிரமணியன், சென்னை.

ஒரு தந்தையாக, மகனாக, சகோதரனாக, மாணவனாக என பல கோணங்களில் பெண்களைப் பார்த்திருப் பீர்கள்.. இவற்றில் உங்களை அதிகம் கவர்ந்தவர் யார்...?

எனக்கு மகனாக, தந்தையாக, தமையனாக, ஆசிரியனாக இருந்து தாயினும் சாலப்பரிந்தூட்டிய தேவதை, என் பாட்டி செண்பகலக்ஷ்மி அம்மாள்.

எம். மைதிலி, திருவாரூர்.

திரைப்படத்தில் நகைச்சுவைக்கும், நாடகத்தில் நகைச் சுவைக்கும் என்ன வித்தியாசம்...?

திரைப்பட ஷூட்டிங்கின் போது நகைச்சுவை வசன 'டெலிவரி' சரியாக வரா விட்டால் கூட டப்பிங்கில் 'ஸிஸேரியன்' செய்து சரி செய்து விடலாம்... நாடகத் தில், ''அழுதாலும் நார்மல் டெலிவரியை அவன்... இல்லை அவன்தான் செய்தாக வேண்டும்...

எஸ். வெங்கட ரமணன், மேற்கு மாம்பலம்.

கோதண்டராமன், சீதா ராமன், ராஜா ராமன் என பலவித மாக ராமனைக் கொண்டாடும் நாம் சாப்பாட்டு ராமன் என கேலி செய்வது ஏன்...?

கோதண்டராமன் எதிரிகளை விழுங்கினான்... சீதாராமன் அழகைப் பருகினான்... ராஜாராமன் சேவை பரிமாறினான்... வனவாசம் முடிந்து திரும்புகையில் பரத்வாஜ மஹரிஷி, ராமனுக்கு மிகப் பெரிய விருந்தளித்தார்... அதே சமயம் தீக்குளிக்க இருந்த பரதனைத் தடுத்துவிட, ராமன், அநுமனை அனுப்பினான்... அதனால் அநுமனால் அந்த விருந்தில் பங்கேற்க முடியவில்லை.. அதீத கருணையால் அண்ணல் ராமன் அன்று அநுமனுக்கும் சேர்த்துச் சாப்பிட்டதால் அவன் சாப்பாட்டு ராமன் ஆனான்... 'சர்வம் ஸ்ரீ ராமர்ப்பணமஸ்து' என்று நம் பசியைப் பரிமாறினால் அதைப் பொறுத்துக் கொண்டு, ஜீரணிப்பவனே சாப்பாட்டு ராமன்!



லக்ஷ்மி ஸ்ரீனிவாசன், சென்னை.

''ஐயங்கார் வீட்டு அழகே'' எனும் போது மற்ற வீட்டுப் பெண்கள் எப்படியாம்..?

அவர்களும் அழகுதான்... ஐயங்கார் வீட்டுப் பெண்களைப் போல...!

ஆர். பிருந்தா இரமணி, மதுரை.

நீங்கள் விரும்பி ஏற்றுக் கொண்டது தான் மேடை நாடகமா...?

நான் எவ்வளவோ விரும்பினேன்... ஆனால் என்னை விரும்பி ஏற்றுக் கொண்டது மேடை நாடகம்தான்...!

எம். சுபா முராரி, சேலம்.

ஆங்கிலம் கலக்காத தமிழ் எப்படி இருக்கும்...?

டிகாக்ஷன் கலக்காத பால் போல இருக்கும்...!

உமா மோகன்தாஸ், திண்டுக்கல்.

நீங்கள் ஒரு கூட்டுக் குடும்ப சுகவாசி என்று தெரியும்... தனிக்குடித்தனம் போக ஆசைப்படுபவர்களுக்கு தங்களின் அட்வைஸ் என்ன..?

தாராளமாகப் போங்கள்... போகும் போது மறக்காமல் மனைவியையும் அழைத்துச் செல்லுங்கள்... ஏன் சொல்கிறேனென்றால் இப்போதெல்லாம் கணவனும் - மனைவியும் சேர்ந்து இருப்பதே கூட்டுக் குடும்பம் என்றாகி விட்டது...!

எஸ். சுந்தர், திருநெல்வேலி.

பெண்கள் கண்ணாடியின் முன்பு நின்று அதிக நேரம் செலவிடுவதேன்...?

ஏதாவது 'மிராக்கிள்' (Mirror-cle) நடந்து, அழகைக் காட்டும் கண்ணாடி, அழகைக் கூட்டும் கண்ணாடியாக மாறாதா என்ற ஏக்க எதிர்பார்ப்பாக இருக்கலாம்...!

என். கோமதி, நெல்லை.

காட்டுக்குப் போகமாட்டேன் என்று ஸ்ரீராமன் பிடிவாதம் பிடித்திருந்தால்...?

ஸ்ரீராமனிடம் போரிட்டு மடிய சேனையைத் திரட்டிக் கொண்டு அயோத்திக்கு, 'ராவணன் பாலம்' கட்டி வந்திருப்பான்...!

குலுக்கல் முறையில் ரூ.250/- பரிசு பெறும் இருபது அதிர்ஷ்டசாலிகளின் பட்டியல் இதோ!

ரூ. 5,000 பரிசு அறிவுப் போட்டி - 7 முடிவு பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

1. எஸ்.ஜீவாராணி சூரியகாந்தன், மதுரை, 2. ஜெயலக்ஷ்மி, பெங்களூர், 3.பவானி இரத்தினம், தூத்துக்குடி, 4. ரேவதி சங்கர், பெங்களூர், 5. ச.சுந்தரி சங்கர், நெல்லை 6.பி.ஜே.விக்னேஷ்வரி, சர்கார்பதி, 7.என்.ஆர்.முரளி, கோயம்புத்தூர், 8. ஜே.விஜயா, சென்னை, 9. டி.பத்மரேகா, கடலூர், 10. பூர்ணிமாலெட்சுமி, சென்னை, 11. சி.ஆனந்தி, திருவள்ளூர், 12.ஏ.ரஹ்மத்துன்னிசா, நாகப்பட்டினம், 13.நிவேதிதா, வேலூர், 14.எஸ்.கௌசல்யா, செகந்திராபாத், 15.ராஜேஸ்வரி கிருஷ்ணன், பெங்களூர், 16.முல்லைச் செல்வி பாலாஜி, வேலூர், 17.க.நரசிம்மன், ஹைதராபாத், 18.ஆர்.ஜானகி,





ஆகஸ்ட் 2008ல் வெளியான அறிவுப் போட்டி -7 விடைகள்

பெங்களூர், 19.மங்களம் ஜெயராமன், ஈரோடு, 20.வேணி நாராயணன், சென்னை-87.

விடைகள் :

1.ஜம்மு காஷ்மீர், 2.ஸ்பெயின், 3.மீனா பரோட், 4.பிரணாப் முகர்ஜி, 5.பாரிஸ், 6. மம்முட்டி, 7.மாநகராட்சி, 8.தமிழ்நாடு, 9. தங்கபாலு, 10. புதிய இந்தி ஏவுகணை

இவையும் ஆஹா 50! தான்!



நவராத்திரியில் சுண்டல் செய்யும் போது, சூரியனுக்குப் ப்ரீத்தியானதை ஞாயிற்றுக் கிழமையும் அதுபோல் ஒவ்வொரு நாளைக்கும் உண்டான சுண்டலைச் செய்தால் நவகிரஹங்களின் பலனும் கிடைத்து இரட்டிப்பு ஆசி பெறலாம்.

- எஸ்.விஜயலட்சுமி, மயிலாப்பூர்



மற்றவர்கள் வீட்டுக்கு கொலு பார்க்கச் சென்றால் தட்டில் வெற்றிலைப் பாக்கு எடுத்து வைத்துவிட்டுச் செல்லுங்கள். வீட்டில் ஆண்கள் இருந்தால் அவர்கள் எடுத்துக் கொடுக்கத் தயங்குவார்கள்.



சுத்தமான இடத்திலிருந்து புல்லைப் பெயர்த்து கப்புகளில் வைத்து புல்தரை செட் செய்யலாம். கப்புகளில் செடி வளர்த்தால் தினமும் காலையில் வெயிலில் 10 நிமிடம் வைத்துவிட்டு கொலுவில் வையுங்கள். இலைகள் பழுக்காமல் கொலு முடியும் வரை ப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும்.



அந்தக் காலத்தில் நவராத்திரி தாம்பூலத்தில் மட்டைத் தேங்காய் கொடுப்பதை பூரண பலம் என்பார்கள். தற்காலத்தில் உரித்த தேங்காய் வைத்து கொடுப்பதுதான் நல்லது. எடுத்துச் செல்ல சௌகரியமாக இருக்கும்.

- துர்கா பாலகிருஷ்ணன், பெங்களூர்



ஆண் குழந்தைகளுக்கு நீலநிற கிஃப்ட் பேப்பரிலும், பெண் குழந்தைகளுக்கு பிங்க் கலர் கிஃப்ட் பேப்பரிலும் பேக் செய்து வைத்துவிட்டால், கொலுவுக்கு வரும் குழந்தைகளுக்கு எடுத்துத் தர, வசதியாக இருக்குமே!



வேகவைத்த கொண்டைக்கடலையுடன், வேக வைத்து உரித்த உருளைக்கிழங்கு, சாட்மசாலா, உப்பு, எலுமிச்சை சாறு, கொத்தமல்லி சேர்த்து செய்யும் சுண்டல், மாறுதலான சுவையுடன் அனைவரையும் அசத்தும்!

- ஜெயா, சென்னை

சொல்ல விரும்புகிறோம்

✉ லட்சுமி ராஜரத்னத்தின் மாக்கோலம் சிறுகதை மருமகளை மகளாக எண்ணாத மாமியாரையும், சுகி.சிவத்தின் தொடர் மாமியார் எவ்வாறு உதயமாகிறார் என்பதையும், உமாராணியின் நீலவானம் சிறுகதை மருமகளை மகளாக என்னும் மாமியாரையும் ஒருசேர காட்டியுள்ளீர்களே; இம்மாதம் மாமியார் ஸ்பெஷல் மலரோ?

நெய்வேலி, சாந்தி சுந்தர்.

✉ திருமண மலரின் பலன்கள் பல. வரன் தேடுபவர்களுக்கு இப்புத்தகம் வரப்பிரசாதம். மேலும் சில திருமணச் சடங்குகள் பற்றிய விவரங்கள் அருமை! மூன்றாவதாக திருமண விருந்துகள் தயாரிக்கும் கேட்டரிங் நிறுவனங்கள் பற்றிய விவரங்கள் தொலைபேசி எண் உட்பட விலாசங்கள் மிகவும் பலனளிக்கின்றன.

திருச்செங்கோடு, உஷா சுதர்சன்.

✉ பண்டிகை ஸ்பெஷலில் திக்குமுக்காடிப் போன எனக்கு 'நீலவான(ம்)'த்தில் ஜொலித்த 'தூரத்துக் கோபுரம்' கண்களில் பட்டதும் 'என் கைமாறி(ய) பூக்குவியல்' மொத்தமும் 'மாக்கோல(ம்)த்து மீது சிதறி மகிழ்வித்தது. எல்லாம் அந்தக் கிருஷ்ணாவின் 64 திருவிளையாடல்களில் ஒன்றுதானோ! 258 பக்கங்களையும் படித்து முடிப்பதற்குள் உடல் சந்தோஷத்தால் 'ஆடி'ப் போய்விட்டது.

வியாசர் நகர்,

சுகந்தி நாராயண்.

✉ 'கிருஷ்ணா 64' இணைப்புப் படிக்கப் படிக்க அத்தனை சுகமாக இருந்தது. கிருஷ்ணர் லீலைகளை, நாராயண பட்டத்திரியும், லீலா சுகரும், ஆழ்வார்களும், அருணகிரிநாதரும் அனுபவித்த



தைப் படித்து மெய்சிலிர்த்தோம். நாகை முருகனுக்கு பாராட்டு!

தர்மபுரி, ஜி. பிரேமா.

✉ பி.கே.பி.யின் 'பூ பூக்கும் ஓசையும், சரோஜா தேவியின் நினைவலைத் தொடரும் வடுமாங்காயும் தயிர் சாதம் போல சூப்பர் காம்பினேஷன்!

சென்னை - 116,

லதா சங்கர்லால்.



✉ அம்பத்தூர், ஆர். பார்வதி ''சில சமயம் கம்ப்ரஸிலிருந்து ஸ்பார்க் வந்து தீ விபத்து ஏற்படுமாதலால், சமையலறையில் ஃப்ரிட்ஜ் வைக்கக் கூடாது'' என்று எழுதியுள்ளார். சரி, எந்த இடத்தில் ஃப்ரிட்ஜை வைப்பது பாதுகாப்பு என்ற தீர்வையும் கொடுத்திருந்தால் உபயோகமாக இருந்திருக்குமல்லவா?

அம்பத்தூர் - 53, வசுமதி கண்ணன்.

✉ 'சுக்லாம் பரதரம் பானம்!' 'வேதாந்த கிரிக்கெட் போட்டி', ''அர்த்தமே தனிதான்!'' எல்லாமே ஜோர்!

சேலம் - 3, சீதா கோகுலநாதன்.

✉ லக்ஷ்மி ராஜரத்தினம் எழுதிய 'மாக்கோலம்' படித்தேன். கதாசிரியர் எந்த நூற்றாண்டில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்? கம்ப்யூட்டர் கம்பெனிகளில் 70 ஆயிரம், 80 ஆயிரம் என சம்பாதிக்கும் பெண்கள் ஸ்ரீ ஜெயந்தியன்று இரவு 11 மணிக்குத்தான் வீட்டுக்கே வருகிறார்கள். தவிர, முதல் கல்யாணத்திற்கே தற்காலப் பெண்கள் நேர்முகத் தேர்வு நடத்தி மணமகனுடன் தனியாகப் பேசி கலந்தாலோசித்துவிட்டுத்தான் சம்மதிக்கிறார்கள். இரண்டாம்தாரமாக 40 வயதான ஆண் மகனை எந்தப் பெண் தேர்வு செய்வாள்? மொத்தத்தில் இந்தக் கதை ரொம்பவுமே மிகைப்படுத்தி எழுதப்பட்டிருக்கிறது.

சிவசைலம், சாவித்திரி.

✉ 'மாக்கோலம்' சிறுகதையைப் படித்தவுடன் கண்களிலிருந்து தாரை தாரையாக கண்ணீர் வழிந்து விட்டது. லக்ஷ்மி ராஜரத்தினத்துக்குப் பாராட்டு!

சிட்லபாக்கம், பத்மினி செல்லப்பா.

நன்றி!

✉ எனக்கு சிறு வயதுதான். ஆனால் கடந்த ஆறு மாதங்களுக்கும் மேலாக நான் 'இன்கான்டினன்ஸ்' நோயினால் பாதிக்கப்பட்டேன். சிரித்தாலோ, தும்மினாலோ, சிறுநீர் கசிந்துவிடும். நோய் முற்றிய நிலையில், கார்த்திக்குணசேகரனிடம் கீ ஹோல் ஸ்லிங் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்டேன். இன்று பூரண நலம் அடைந்துள்ளேன். நன்றி டாக்டர்!

திருச்சி - 4, புவனா சீனிவாசன்.

போய் விட்டது!

✉ கடந்த ஜூலை மாத இதழில் நினைத்த காரியம் நிறைவேற, பிள்ளையாருக்கு வெற்றிலை மாலை போடச் சொன்னார் சகோதரி ரம்யா சீனிவாசன். அதே போல் 3 வாரம்தான் போட்டேன். 12 வருடங்களாக வேலை இல்லாமல் இருந்த என் கணவருக்கு 4வது வாரம் போடும் முன் வேலை கிடைத்து விட்டது. மிக்க மகிழ்ச்சி.

தூத்துக்குடி, எஸ். தெய்வநாயகி.



ஒரு கருவின் கதை

கார்த்தியும் ஜோதியும் ஆர்வமாகக் கேட்டுக் கொண்டிருக்க டாக்டர் தேவசேனா கருத்தரிப்பதற்கு முன்பாகவே மகப்பேறு மருத்துவரை அணுகி ஆலோசனை பெறுவது ஏன் முக்கியம் என்பதைப் பட்டியலிட்டார்.

"தாய்க்கு உள்ள சில உடல்நலக் குறைபாடுகள் கருவில் உள்ள குழந்தையையும் பாதிக்க வாய்ப்பு உண்டு. எனவே கருத்தரிக்கும்போதே தாய் ஆரோக்கியமானவளாக இருப்பது நல்லது.

முக்கியமாக தாயின் உடலில் ஃபோலிக் அமிலம் உரிய அளவு இருக்கவேண்டும். அப்படி இல்லை என்றால் முதுகுத்தண்டு மற்றும் மண்டை ஓட்டில் குறைபாடுகள் உண்டாகலாம். எனவே குழந்தை பெற்றுக் கொள்ள தயார் ஆகும் நிலையிலேயே, கரு உருவாவதற்கு இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்களுக்கு முன்பாகவே பெண்ணின் உடலில் போதிய ஃபோலிக் அமிலம் இல்லை என்றால் அதை மருத்துவ ஆலோசனைப்படி எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

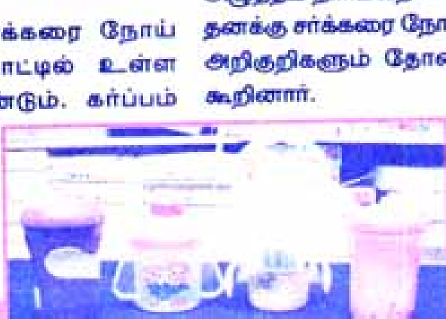
ஒரு பெண்ணுக்கு சர்க்கரை நோய் இருந்தால் அது கட்டுப்பாட்டில் உள்ள நிலையில் கருவுற வேண்டும். கர்ப்பம் அடைவதற்கு முன்பு சர்க்கரை நோய்க்குரிய மாத்திரைகளைத் தவிர்த்து இன்சுலினை ஊசிகளாகச் செலுத்தவேண்டும். சர்க்கரை நோயினால் உறுப்புகள் ஏதேனும் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அதற்குரிய மருத்துவம் பெற்று சர்க்கரைநோய் கட்டுப்பாட்டில் உள்ள நிலையில் கருத்தரிப்பது அவசியம்.

வலிப்பு அல்லது அதிக ரத்த அழுத்தத்திற்காக மருந்து மாத்திரை உட்கொண்டு வந்தால், அது குழந்தையை பாதிக்காத வகையில் மருந்தை மாற்றி அமைப்பது அவசியம். அதிக ரத்த அழுத்தம் பலவருடங்களாக இருந்து வந்திருந்தால் அது மற்ற உறுப்புகளையும் (சிறுநீரகம், இதயம் போன்றவை) பாதித்திருக்கிறதா என்று ஆராய்ந்து சிகிச்சை பெறுவது அவசியம்."

இந்த இடத்தில் ஜோதியைப் பார்த்து டாக்டர் சில கேள்விகளைக் கேட்டார். "உங்களுக்கு வலிப்புநோய் வந்ததுண்டா? ரத்த அழுத்தம் நார்மலா? சர்க்கரை நோய் உண்டா?"

வலிப்புநோய் வந்ததில்லை என்றும் ரத்த அழுத்தம் நார்மல்தான் என்றும் கூறிய ஜோதி, தனக்கு சர்க்கரை நோய் இருப்பதற்கான எந்த அறிகுறிகளும் தோன்ற வில்லை என்றும் கூறினார்.









"எந்த வித அறிகுறியும் இல்லாமலேகூட சிலசமயம் சர்க்கரைநோய் வந்து விடுகிறது மிஸஸ் ஜோதி... உங்கள் அப்பா அம்மாவுக்கு இந்த நோய் உண்டா?" என்று கேட்டார்.

"அப்பாவுக்கு பத்து வருடங்களாகவே உண்டு இப்போ இன்சுலின் ஊசி போட்டுக்கிறார்."

"அப்படியா? உங்களுக்கும் ரத்த சர்க்கரையை அறிந்துகொள்ள ஒரு ரத்த டெஸ்ட் எடுத்துக்குங்க என்றவாரே" தனது சீட்டில் அந்த மருத்துவ பரிசோதனையின் பெயரை எழுதினார்.

"உங்களுக்கு இனிமேல்தான் குழந்தை பிறக்கணும் என்பது புரியுது. ஆனால் ஏற்கனவே குழந்தை பிறந்திருந்து அப்போது கர்ப்பத்திலோ, பிரசவத்திலோ பிரச்சனைகள் உண்டாகியிருந்தால் அவற்றை ஆராய்ந்து அவை மீண்டும் வரக்கூடிய வாய்ப்புகளை ஆலோசித்து அவற்றை தடுக்கும் முறைகளைப் பெற வாய்ப்பளிக்கிறது.

உடல் பருமன் மற்றும் வளர்ச்சிக் குறை பாடுகள் கொண்ட பெண்கள் கருத்தரிப்பதற்கு முன்பாகவே எங்களை அணுகினால் சரியான உணவுப் பழக்கவழக்கங்களை விளக்குவோம். இதனால் பயன்பெற்ற பிறகு கருத்தரிப்பது நல்லது.



சில சமயம் பரம்பரை வியாதிகள் கருவை பாதிக்கலாம். ஒருவகை ரத்த சோகை (Sickle Cell Anaemia)கூட இந்த வகை தான். இதற்கு தகுந்த மருத்துவ ஆலோசனை பெறுவது நல்லது.

சில பெண்களுக்கு புகையிலை மற்றும் போதைப் பொருள் பழக்கம் இருக்கும். அப்படி இருந்தால் அதற்கு தகுந்த சிகிச்சை எடுத்துக்கொண்ட பிறகே கருத்தரிக்க வேண்டும். இல்லை என்றால் அது கருவை பாதிக்க வாய்ப்பு அதிகம்."

ஜோதிக்கு சர்க்கரை நோய் இல்லை என்பது உறுதி செய்யப்பட்டது. வேறு எந்த உடல்நலச் சிக்கலும் இல்லை என்பதும் தெளிவானது நீங்கள் தாராளமாக கருத்தரிக்கலாம் என்று பச்சைக்கொடி காட்டிவிட்டார் டாக்டர்.

அடுத்த இரண்டாவது மாதம் ஜோதி கருத்தரித்தாள். தான் ஒரு முக்கிய கட்டத்தில் இருக்கிறோம் என்பதும், அடுத்து வரும் மாதங்கள் ஆனந்தமும், சங்கடமும் நிறைந்ததாக இருக்கும் என்பதும் அவளுக்கு தெரிந்திருந்தது ஆனால் அவளுக்குத் தெரியாத விஷயங்களும் நிறைய இருந்தன.

முதன்முதலில் கருத்தரிக்கும் ஒவ்வொரு பெண்ணும் கட்டாயம் அறிந்துகொள்ள வேண்டிய விவரங்கள் அவை.

- தொடரும்.

மாநில அளவில் பிரம்மாண்டமாய்...
கல்லூரிகளுக்கிடையே
கலைத்திறமைப் போட்டிகள்!



மங்கையர் மலர் வாசகர்
அனைவரும் வருக...

நேரம் : காலை 10 மணி - மாலை 5 மணி

விருதுநகர் மண்டலம்

கலசலிங்கம் பல்கலைக்கழகம், ஆனந்த் நகர், கிருஷ்ணன் கோயில்.

தேதி : 12.9.2008

நாகர்கோயில்

எஸ்.டி. இந்து கல்லூரி.

தேதி : 25.9.2008

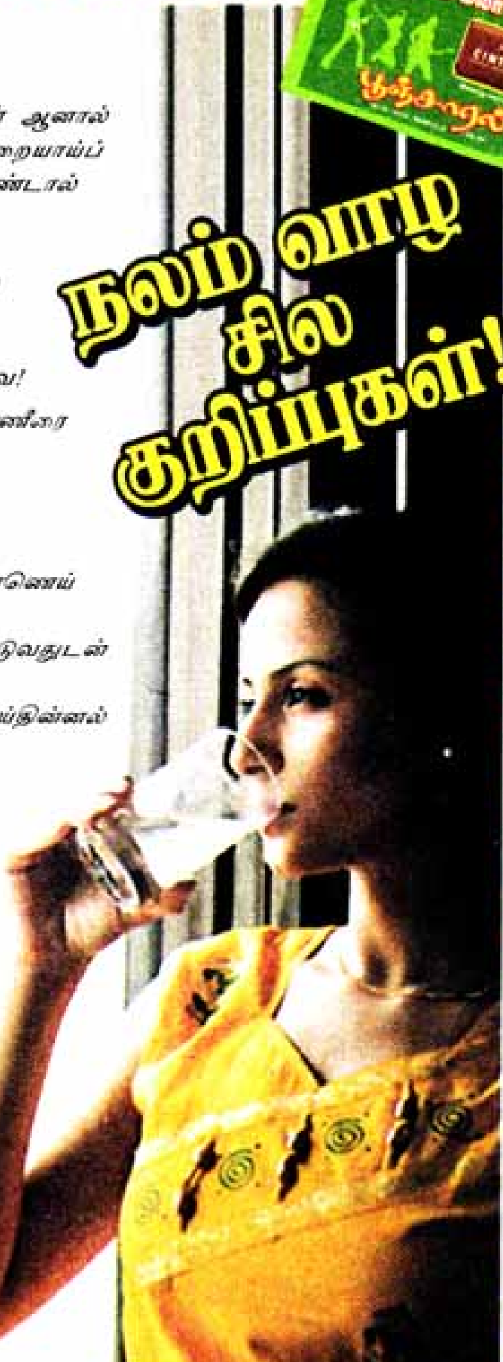
திருநெல்வேலி

சதக்கத்துல்லா அப்பா கல்லூரி, ரஹமத் நக

தேதி : 27.9.2008



நலம் வாழ சில குறிப்புகள்!



பாலும் பழமும் :

வறுவல் பொரியலெல்லாம்
வாய்ச்சுவைதான் ஆனால்
பெறுகின்ற தீங்கோ பெரிதாம் - முறையாய்ப்
பழமும் பசும்பாலும் பக்குவமாய் உண்டால்
கிழத்தன்மை நாடாது கேள்!

தண்ணீர் பருகுவது எப்படி?

ஒருபடி நீரை ஒரேமூச்சில் உள்ளே
பருகுதல் கெட்ட பழக்கம் - திருவே!
விரும்பி இடைவெளி விட்டுத் தண்ணீரை
அருந்துவது நன்மை அறி!

சர்க்கரை நோய்க்கு :

கடுகு கருவாடு கடலைநெய்நல் எண்ணெய்
நெடும் பகையாம் கோழிமீன் நீக்கி
- விடுவதுடன்
சீரனிக்கும் வேப்பிலை
செம்பாகற் காய்தின்னல்
நீரிழிவு நோயர் நெறி.

உறக்கம் வரும் உனக்கு...

செரிமானம் இல்லாமல்
தின்டாடும் நேரம்
அரைநூறு சீரகத்தை அள்ளி -
திருவாயில்
இட்டுமென்று நீர்குடித்தால்
எப்பம்விடும் நல்லுறக்கம்
தொட்டணைத்துக்
கொள்ளும் துயில்.

- அ.மோகன்ராஜ்,
முகமது சத்தக்
செவிலியர் கல்லூரி,
வேலூர்.

மலர்ந்தது

சிறுகதை

"நொண்டி ப்ளே விளையாடலாம்!''

''நோ.. நோ.. ஐஸ் பாய்ஸ்!''

''போப்பா. அது சுத்த போர்...!''

''ஓகே... கலர் கலர் வாட் கலர்!''

''ஹோ!'' என்று இரைச்சலும் கூச்சலுமாய் அந்த இடமே, கிடுகிடுத்துப் போகும்படி குழந்தைகள் விளையாடிக் கொண்டிருந்தன.

பால்கனியில், பிரம்பு நாற்காலியைப் போட்டுக் கொண்டு அந்தப் பார்க்கில் விளையாடும் குழந்தைகளை ரசித்துக் கொண்டிருந்தேன்.

'பார்க்' என்றதும் ஏக்கர் கணக்கில் விரிந்த பூங்காவைக் கற்பனை செய்து கொள்ள வேண்டாம். அது எங்கள் சுபஸ்ரீ குடியிருப்புக்குச் சொந்தமான சின்னப் பூங்கா! வேலியோரமாக செம்பருத்தி, வாடாமல்லி, நந்தியாவட்டை, இருவாச்சி என பூஞ்செடிகள்... எல்லாமே குட்டைச் செடிகள். பார்க்கின் நடுவே, பெரிய தூங்குமூஞ்சி மரம். அதன் கீழே போடப்பட்ட சிமெண்ட் பெஞ்சுகளில்

பேப்பர் படிக்கும் ஆண்களும், செல்ஃபோன் நோண்டிக் கொண்டு இளம்பெண்களும் உட்கார்ந்திருப்பார்கள்.

பசும்புல் தரையின் நடுவே வளைந்து



ஒரு பூ!

வளைந்து ஓடும் பாதையில், 'வாக்கிங்' போகும் கூட்டம், மூச்சிறைக்க நடந்து கொண்டிருக்கும்.

பார்க்கின் இடது மூலையில் வழுக்கு மரம், ஊஞ்சல், சீ-சா... என சிறு பிள்ளைகளுக்கான தனி இடம். அதை யொட்டிய இடத்தில்தான் எனது ஃபிளாட்டின் பால்கனி அமைந்திருந்தது.

ஆரஞ்சு நிற ஃபிராக் போட்ட சின்னக் குழந்தை ஒன்று, துள்ளித் துள்ளிக் குதித்து ஓடியபோது, அதனுடைய இரண்டு ஜடைகளும் முயல் குட்டி வால் போலச் சுழன்று ஆடியதைப் பார்க்கவே தமாஷாக இருந்தது.

முன்பக்க இரண்டு பற்களும் காணாமல் போயிருந்த ஏழு வயதுப் பையன் ஒருவனை, ஒரு சின்னப் பெண், ''டேய்... ஓட்டைப் பல்லு; கோட்டை வாய்!'' என்று கிண்டல் செய், அவன் வாயை மூடிக் கொண்டு, அவளைத் துரத்தினான்.

இந்தச் சிறு பூங்காவின் நடமாட்டத்தை கவனித்தாலே, என்னுடைய பி.பி. அளவு குறைந்து, மனம் இலேசாகிப் போனதை உணர்ந்த நாளிலிருந்து, பார்க்கைப் பார்த்தபடி அமருவது வழக்கமாகி விட்டது.

வேலைக்குச் சென்றிருக்கும் என் மகனும், கணவரும் வரும் வரை, ரசித்துப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பேன். அப்போது, ஒரு குண்டுப் பையன், 'தடால்' என்று விழுந்ததில், பார்க்கின் ஓரம் இருந்த ஒரு பூஞ்சட்டி உடைந்து கவிழ்ந்தது.

அதைப் பார்த்து விட்ட வாட்ச்மேனுக்குக் கோபம் வந்ததே பார்க்கணும்.

''டேய்.. எருமைகளா! கண்ணு என்ன பொடனியிலா இருக்கு? எழுந்திருச்சு ஓடுங்கடா!'' கன்னா பின்னா என்று திட்டிக் கொண்டே அவர்களை விரட்டினான். கையில் அகப்பட்ட அப்பாவிச் சிறுவன் ஒருவனுக்கு, முதுகில் 'பளார்' என அடியும் விழுந்தது.

பழைய வாட்ச்மேன் வேலுச்சாமியின் மகன் போலும். இவன் இளந்தாரியாக இருந்தான். நல்ல கறுப்பாக, பெரிய உருவமாக இருந்தான். அதிலும் அவன் திட்டும் போது, கண்கள் இரண்டும் கோவைப்பழமாகச் சிவந்து, புருவங்கள் நெறித்தபடியே அவன் கத்தும்போது, எல்லாக் குழந்தைகளும் புயலாக ஓடிப் போவார்கள்.

நேற்றைக்கும் அப்படித்தான். ஏதோ ஒரு குழந்தை, ஊஞ்சலிலிருந்து எழுந்து கொள்ள அடம் பிடித்து அழுததும், அவன் தன்னுடைய அறையிலிருந்து வெளியே வந்து, எல்லாக் குழந்தைகளின் தலைகளிலும் குட்டி விட்டு, ஊஞ்சல் சங்கிலியையே கழற்றிக் கொண்டு போய்விட்டான்.

''பிசாசுங்க! பெத்துப் போட்டுட்டு இங்க அனுப்பிடறாங்க. என் உசுரு போவுது. இரண்டு நிமிஷம் கண் அசர விடுதுங்களா?'' என்று கத்திக் கொண்டே போனான்.

பசங்களைப் பார்க்க எனக்கே பாவமாக இருந்தது. குழந்தைகள் முகத்தைத் தொங்க போட்டுக் கொண்டு வெளியே ஓடின.

மறுநாள், வாட்ச்மேன் வேலுச்சாமியை, அப்பார்ட்மெண்ட் வாசல் அருகே, தற்செயலாய்ப் பார்த்ததும், என்னால் சும்மா இருக்க முடியவில்லை.

''உன் மகன், உன்னை மாதிரி இல்லை வேலுச்சாமி. ரொம்ப கோபக்காரனா இருக்கான். பார்க்குல விளையாட வர்ற பசங்களை அடிக்கிறதும், மிரட்டறதும்... ரொம்ப முரட்டுத்தனம் காட்டறான். கொஞ்சம் சொல்லி வைப்பா. இல்லைன்னா நானே, செக்ரட்டரிகிட்ட புகார் பண்ணிடுவேன்!''

''மன்னிச்சுக்குங்க அம்மா. நான் புத்தி சொல்றேன். இனிமே அப்படி நடக்காம பார்த்துக்கிறேன்!'' என்று சொல்லிவிட்டு கார்களைத் துடைக்கப் போய் விட்டான்.

என் புகாருக்குக் கொஞ்சமேனும் பலன் இருக்குமென்று எதிர்பார்த்தேன். ஆனால் முத்துராசுவின் சுபாவம் ஒன்றும் மாறியதாகத் தெரியவில்லை.

அன்றைக்குச் சாயங்காலமே, செக்ரட்ரியைப் பார்த்து, புகார் செய்வதற்காக, அவரது ஃபிளாட்டுக்குப் போனேன். ஆனால் முத்துராசுவின் நல்ல நேரம், அவர் வீடு பூட்டியிருந்தது.

இரண்டு நாட்கள் கழிந்தன.

முத்துராசு, செடிகளுக்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சிக் கொண்டிருந்தான். அப்போது மிக ஒல்லியான, பெண் குழந்தை ஒன்று... நான்கு வயதிருக்கும்... தண்ணீர் குடிக்கும் ஆவலில், ஒரு குழாயைத் திருக, பக்கத்துக் குழாயில் மாட்டியிருந்த தண்ணீர்ப் பைப் கீழே கழன்று விழுந்து வீணாக ஓடியது. அய்யோ போச்சு! முத்துராசு பார்த்து விட்டான். இனி பேயாட்டம் ஆடப் போறான். குழந்தையை என்ன செய்வானோ? அவன் ஏதாவது முரட்டுத் தனம் காட்டினால், சத்தம் போட்டு அதட்டுவது என்று தீர்மானத்துடன் எழுந்து நின்றேன்.

முத்துராசு, தண்ணீர் ட்யூபை கீழே போட்டுவிட்டு, ஓடி வந்தான். குழந்தையைத் தூக்கி, அவளது பாவாடையில் பட்ட தண்ணீரைப் பிழிந்து உதறி விட்டான்.

''எம்மா, தண்ணியா வேணும்?'' என்று கேட்டவன், தன்னுடைய அறையை நோக்கிக் குரல் கொடுத்தான். வாசல் படியில் வந்து நின்ற பெண், கையில் ஒரு தம்ளரோடு முத்துராசுவை நோக்கி வந்தாள்.

முத்துராசு, தம்ளரை வாங்கிப் புகட்ட, அந்தக் குழந்தை, மிரட்சியோடு குடித்தது.

''போ.. விளையாடு பாப்பா!'' என்று சொல்லிக் கொண்டே, மறுபடி செடிகளுக்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சத் தொடங்கினான்.

எனக்கு ஆச்சரியம் தாங்கலை. முத்துராசுவுக்கு என்னாச்சு..? குழப்பத்துடன் எட்டிப் பார்த்தேன்.

முத்துராசுவின் மனைவி, முழுதாகத் தெரிந்தாள். அவளது வயிறு மேடிட்டிருந்தது.

- எஸ். சசிரேகா, இரண்டாம் ஆண்டு எம்.ஏ., சைக்காலஜி, சென்னை பல்கலைக்கழகம், சென்னை - 5.



வாழ்க்கை

கருவறையில் இருந்து இறங்கி
கல்லறையை நோக்கி நடக்கும்
சிறிது தூரம் தான் வாழ்க்கை.

- மு.வினோபா, வனக்கல்லூரி மற்றும் ஆராய்ச்சி நிலையம், மேட்டுப்பாளையம்



வெற்றி எளிதல்ல!

காற்றுக்கு ஒலி சுமை என்றால்
இசை பிறப்பதில்லை
கல்லுக்கு உளி சுமை என்றால்
சிற்பம் கிடைப்பதில்லை
நிலத்துக்கு ஏர் சுமை என்றால்
விளைச்சல் நடப்பதில்லை
மண்ணிற்கு மழைத்துளி
சுமை என்றால்
ஏரிகுளம் ஏதுமில்லை
தாளுக்கு மை சுமை என்றால்
கவிதைகள் பிறப்பதில்லை
தாய்க்கு சேய் சுமை என்றால்
தாய்மைக்கு அழகில்லை
வாழ்க்கைக்கு தோல்வி
சுமை என்றால்
வெற்றி கிடைப்பதில்லை!

- பி. பிரவீணா, பாரதி மகளிர் கல்லூரி, வடசென்னை, சென்னை - 108.

மகன் : அப்பா நீச்சல் குளம் கட்ட நன்கொடை கேட்டு வந்திருக்காங்க...

அப்பா : அப்படியா... ஒரு சொம்பு தண்ணீர் கொடுத்து அனுப்பு...

- ஆர். ரமேஷ், எம்.எஸ்ஸி., (இன்ஃபார்மேஷன் டெக்னாலஜி), அண்ணாமலை பல்கலைக்கழகம், கோவை.



குறள் நயம்



சிறிய... பெரிய...

ஒரு பொருளின் அளவைக் குறிக்கும்போது 'சிறியது' என்றும் 'பெரியது' என்றும் கூறுகிறோம். ஒரு பொருளின் உயர்வைக் குறிக்கும்போது 'மடு' என்றும் 'மலை' என்றும் கூறுகிறோம். ஆனால் உலகப் பொதுமறையாம் திருக்குறளில் வள்ளுவனார் இதனை 'தினைத்துணை' என்றும் 'பனைத்துணை' என்றும் குறிப்பிடுகின்றார். இப்பொருளை அவர் மூவிடங்களில் கட்டியுள்ளார்.

அறத்துப்பாலில், செய்ந்நன்றி அறிதல் என்ற அதிகாரத்தில்,

தினைத்துணை நன்றி
செயினும் பனைத்துணையாக்
கொள்வர் பயன்தெரி வார் (குறள் : 103) என்றும்,

குற்றங் கடிதல் என்ற அதிகாரத்தில்,

தினைத்துணையாம் குற்றம் வரினும் பனைத்துணையாக்
கொள்வர் பழிநாணு வார் (குறள் : 432) என்றும்

காமத்துப் பாலில், புணர்ச்சி விதும்பல் என்ற அதிகாரத்தில்,

தினைத்துணையும் ஊடாமை வேண்டும் பனைத்துணையும்
காமம் நிறைய வரின் (குறள் : 1281) என்றும் மூன்று இடங்களில் குறிப்பிடுகின்றார்.

வள்ளுவர், தினைத்துணையாகக் கூறிய குறள்களில் பனைத்துணையான கருத்துக்கள் அடங்கியிருப்பதைப் பார்த்தீர்களா?

- வரத. சண்முக சுந்தர வடிவேலு, முதலாண்டு முதுகலை (தமிழ்)
அண்ணாமலைப் பல்கலைக் கழகம்,
தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககம்,
சிதம்பரம்.

போட்டிக்குத் தயாரா?



ஹாய் காலேஜ் பாய்ஸ் அண்ட் கேர்ள்ஸ்! ஒலிம்பிக்ஸ் மெடலாளிகள் அபிநவ் பிந்த்ரா, சுஷில் குமார் படங்களைப் பார்த்ததும் உங்க மனசுல தோணும் ஒரு வரி காமெண்ட் என்ன? அதை அஞ்சலட்டையில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்க. ஜாலியான பத்து காமெண்ட்டுகளுக்கு தலா ரூ.100/- பரிசும் சான்றிதழும் உண்டு!

கலக்குங்க பசங்களா...

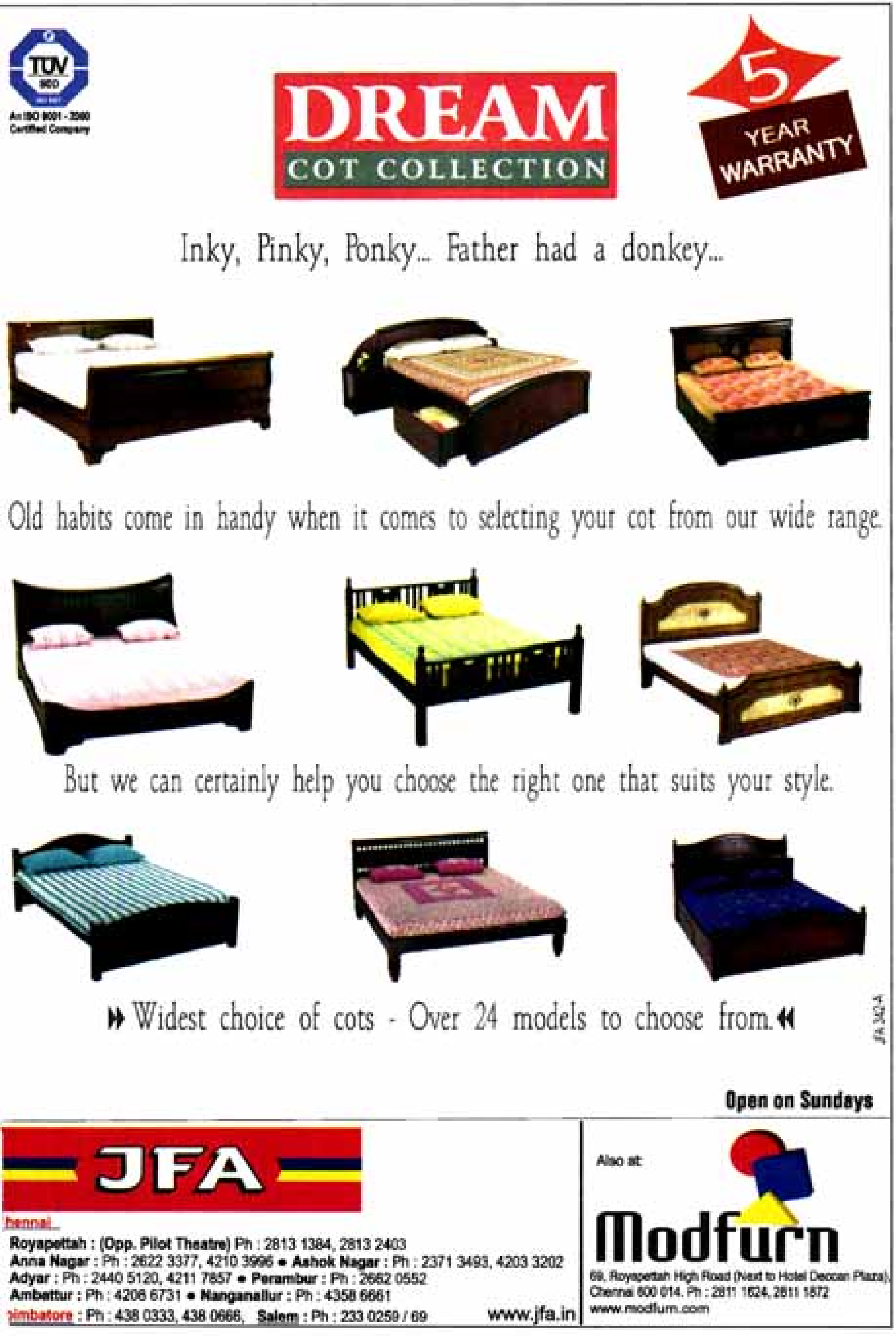


ஹாய் ஸ்டூடன்ஸ்... பூஞ்சாரல் பக்கங்களில் உங்கள் படைப்புகளைப் பார்த்து பாராட்டு மழை பொழிந்து கொண்டே இருக்கிறது. தொடர்ந்து உற்சாகமா எழுதுங்க... கவிதை மட்டுமில்லாமல் ஓவியம், கட்டுரை, சிறுகதை, கல்லூரி அனுபவங்கள், ஜாலி ஜோக்ஸ், சமூக சிந்தனைகள் என எதை வேண்டுமானாலும் எழுதிக் குவியுங்க. தேர்வானவை அன்பளிப்பும், சான்றிதழும் பெறும்.

ஆசிரியர்

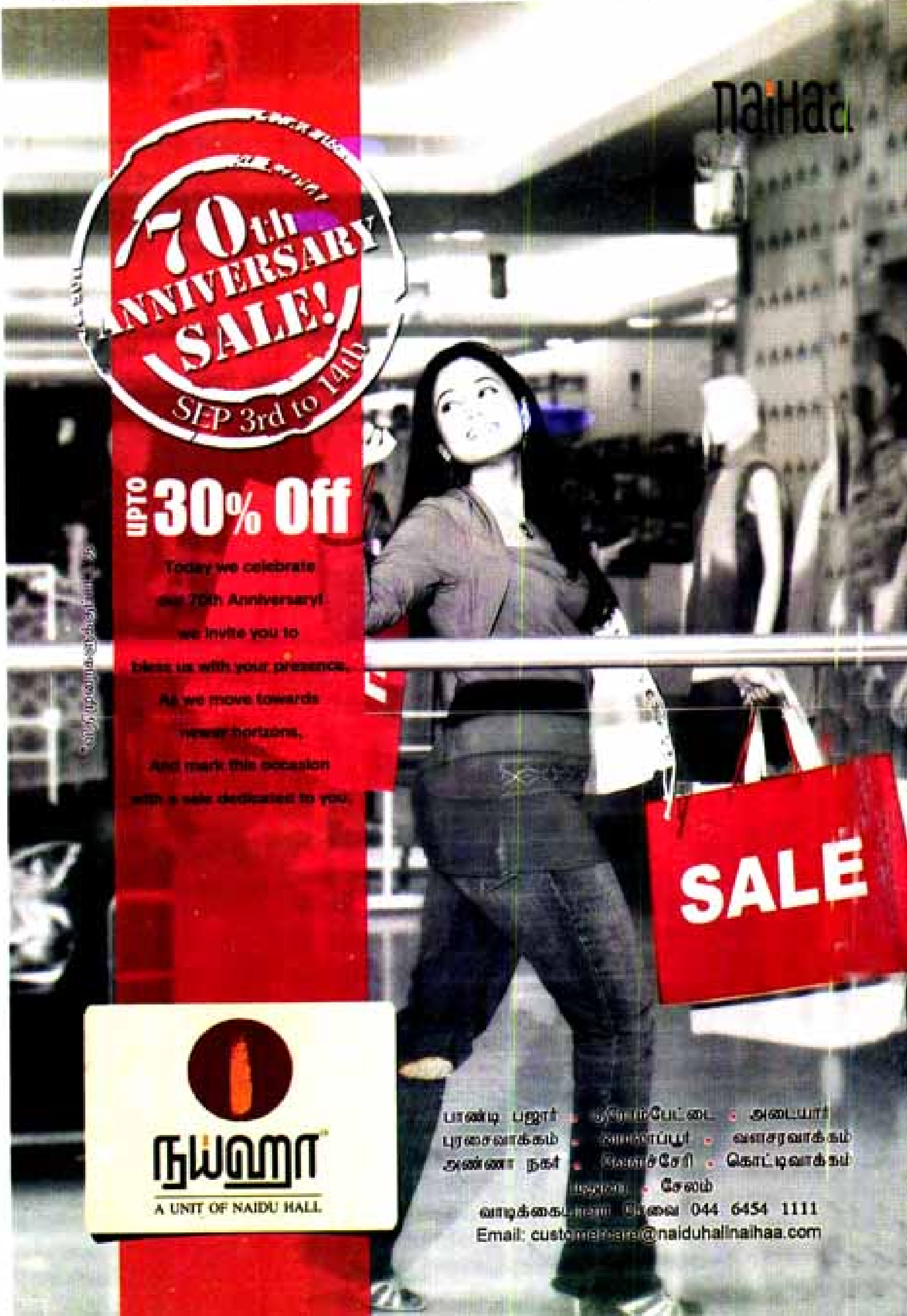


உங்கள் சேவையில் 22-ம் வருடம்
கேன்ஸர் நோயா?
கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.
ஹெர்பல் ஆன்காலஜியோடு மெடிக்கல் ஆன்காலஜி.
சர்ஜிகல் ஆன்காலஜி, ரேடியோ தெரபி அனைத்தும் குருபாலாவில்.
Dr. K. Sri Sridar
CA. OESOPHAGUS (உணவுக் குழாய் புற்று நோய்)
Before Treatment
UGI SCOPY Report
Date : 21.04.05
Post Chemo / Radiotherapy Recurrence
After 97 days Herbal Oncology
UGI SCOPY Report
Date : 27.09.05
Normal Study
CA.PANCREAS
CT Scan ல்
23mm×23mm
01.12.06
Scan ல் Liver Normal
LIVER NORMAL STUDY
CT Scan
Date: 01.12.06
CA. BREAST TO LUNGS
(மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)
Before Treatment
NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS
Chest X-ray
NORMAL STUDY
Chest X-ray
X-ray
GLIOMA
Glioma
MRI SCAN
Date: 01.09.2006
CA. BREAST TO LUNG, BONES
X-ray Chest
Date: 14.05.2006
CA.RECTUM WITH LIVER METS
CEA 6390
After 43 Days
CEA 129
CEA
TUMOUR MARKER TEST 6390
கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்
GBM, CA. Oesophagus, Lung, Liver, Cervix, Bone, Prostate, Rectum, Ependymoma, Astro cytoma, Glioma, AML, CML
Herbal Oncology™
Herbal Oncology™
கேன்சர் என்று தெரிந்தவுடனே நோயாளியை நேரில் அழைத்து வாருங்கள்.
முறையாக ஒருங்கிணைந்த கேன்சர் சிகிச்சையை பெறுங்கள்.
Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street,
(Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)
T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre),
Chennai - 600 017.
Weekdays : 10.00 am to 5.30 pm, Sunday Holiday
Clinic: Ph: 044-24339596, 24363835
Cell: 98400 58809
NO
METALS
MERCURY
STEROID
POISON
PURE HERBS BRINGS MIRACLE
Gurubalaa™ Clinic
Speciality Clinic for Herbal Oncology and Asthma
Treatment given by Qualified & Experienced Doctors.
We have no branches



TÜV
An ISO 9001 - 2000 Certified Company
DREAM
COT COLLECTION
5 YEAR WARRANTY
Inky, Pinky, Ponky... Father had a donkey...
Old habits come in handy when it comes to selecting your cot from our wide range.
But we can certainly help you choose the right one that suits your style.
Widest choice of cots - Over 24 models to choose from.
JFA 3624
Open on Sundays
JFA
hennai
Royapettah : (Opp. Pilot Theatre) Ph : 2813 1384, 2813 2403
Anna Nagar : Ph : 2622 3377, 4210 3996 • Ashok Nagar : Ph : 2371 3493, 4203 3202
Adyar : Ph : 2440 5120, 4211 7857 • Perambur : Ph : 2662 0552
Ambattur : Ph : 4206 6731 • Nanganallur : Ph : 4358 6661
oimbatore : Ph : 438 0333, 438 0666, Salem : Ph : 233 0259 / 69
www.jfa.in
Also at:
Modfurn
69, Royapettah High Road (Next to Hotel Deccan Plaza),
Chennai 600 014. Ph : 2811 1624, 2811 1872
www.modfurn.com

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/06-08 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/06-08- Registered as a Newspaper in Srilanka



என்றும் உங்களுடன் செப்டெம்பர் 2008

மங்கையர் மலர்

திருமணமலர்

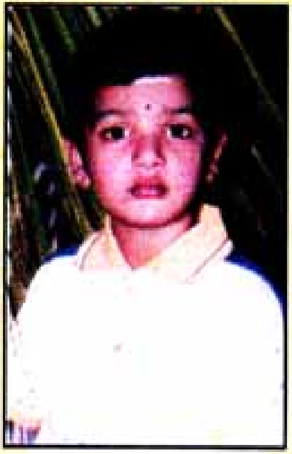
புத்தகம் 2





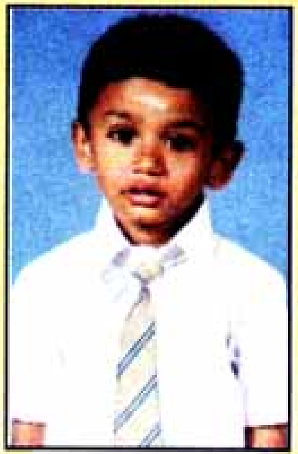
தாத்தா : குப்புசாமி
பாட்டி :
ஜெயலக்ஷ்மி
பேத்தி :
சுஷ்மிதா ஸ்ரீதர்





தாத்தா : ஆர்.
பாலசுப்ரமணியன்
பாட்டி:ஜே. நாகம்மாள்
பேரன் : பி. அருண்
பிரசாத்





தாத்தா :
கிருஷ்ணமூர்த்தி
பாட்டி :
லக்ஷ்மி
பேரன் : கார்த்திக்





தாத்தா : ஆர்.
கிருஷ்ணமூர்த்தி
பாட்டி :
கே. சீதாலக்ஷ்மி
பேரன் : வர்ஷா
சங்கர்





தாத்தா : த.கண்ணன்
பாட்டி :
க. காமேஸ்வரி
பேரன்:ஆர். ஜானேஷ்
சரவணன்



என் செல்லமே!

திருமணத் தடை நீக்கும் தட்சிணாமூர்த்தி

நவக்கிரகங்களில் ஒருவரான குருவுக்கு 'பொன்னன்' என்ற பெயரும் உண்டு. பெயருக்கு ஏற்றாற் போல பொன் மனம் படைத்தவர் குரு. திருமணத்திற்கு காத்திருப் போரிடம் ''இன்னும் குருபார்வை வரவில்லையா?'' என்று கேட்பதுண்டு. குருவின் பார்வை ஏற்பட்டால்தான் ஒருவருக்கு திருமண யோகமும், மழலைச் செல்வமும் கைகூடும் என்பார்கள்.

வாழ்வின் முக்கிய அம்சங்களை அருளும் குருவின் திருவருளை பெற வழிபாடு செய்ய வேண்டிய தெய்வம் தட்சிணாமூர்த்தி. சிவகங்கை மாவட்டம் திருப்பத்தூரை அடுத்துள்ள பட்டமங்கலம் எனும் தலத்தில் ஸ்ரீ தட்சிணாமூர்த்தி அருள்பாலிக்கிறார். வழக்கமாக தெற்கு நோக்கியிருக்கும் இம்மூர்த்தி இங்கு கிழக்கு நோக்கியுள்ளது விசேஷம். இப்பெருமானை 108 முறை வலம்வந்து ஆராதித்தால் நீண்ட நாளாக தடைப்பட்ட திருமணம் விரைவிலேயே நடக்கும் என்பது ஐதிகம்.

- வத்சலா சதாசிவன், சென்னை - 64.



மறைக்காதே!

அழைப்பு மணி ஒலித்தது. கனிமொழி கதவைத் திறந்தாள். இலேசான அதிர்ச்சி. சின்னத் தயக்கம். நேற்று பெண் பார்த்துப் போனவன். நேரில் வந்து நின்றால்....?

''அம்மா, அப்பா வெளியே போயிருக்காங்க. உ...ள்ளே வாங்க'' என்றாள். வந்தான். சொல்லிவிட்டு காஃபி போடப் போனாள்.

நிறைய பெண்கள் பார்த்து... ஒரு இடமும் அமையவில்லை அன்பரசனுக்கு. தரகர் மூலம்தான் கனிமொழியைப் பெண் பார்க்க வந்தனர்.

''பாரம்பரியக் கோளாறோ... சத்துக் குறைவோ... பொண்ணுக்குப் பட்டையா நரைச்சுருக்கேடா! நீங்க ஜோடியா போனா... அக்கா தம்பின்னு சொல்லுவாங்க!'' என்றாள் அக்கா.

''என்னடா ஒண்ணுமே பேச மாட்டேங்கறே? பொண்ணை பிடிக்கலேன்னு சொல்லிடலாம். வேறு நல்ல பெண்ணா பார்க்கலாம்'' என்றாள் அம்மா.

''என் முடிவை அந்தப் பொண்ணுகிட்டேயே சொல்றேன்'' என்று கிளம்பி வந்தே விட்டான்.

காப்பி மணத்தது. ருசித்தான்.

''பெண் பார்த்துப் போனேனே... முடிவைச் சொல்ல வந்திருக்கேன்.''

''சொல்லுங்க.''



''நீங்க நெனைச்சிருந்தா 'டை' அடித்து நரையை மறைச்சுருக்கலாம். அப்படிச் செய்யலை. இதிலிருந்தே... உங்க இயல்பான எண்ணம் எனக்குப் புரியுது. ஒளிவு மறைவில்லாத ஒரு வாழ்க்கையை உங்களோட வாழ முடியும்னு புரிஞ்சுக்கிட்டேன். ஸோ, உங்களை மணக்க சம்மதம்'' அன்பரசன் புன்னகைத்தான்.

கனிமொழியின் கண்கள் மகிழ்ச்சியில் பளபளத்தன.

தமிழ் நாயகி

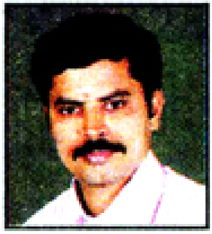
மணமகள் தேவை



S. SUNDARANARAYANAN

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஷடமர்ஷணம், அவிட்டம் **IV, 40, DECE, ADCHN, CCNA, CNA5, MCP (Comp)** தனியார் துறையில் சீனியர் சர்வீஸ் இன்ஜீனியர், 13,000 மாத வருமானம், சொந்த வீடு உண்டு, +2, 10+ படித்த ஏதாவது ஒரு பிராமணப் பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. செல் : 9444611553 பெட்டி எண் : 15122

K. SREEDHARAN, M.Com., CWA (Inter)



Iyer, Astasahastram, Bharadwajam, Mirugaserisham, 38/167 cm, M.Com., CWA (Inter), 6 Lacs p.a. Pvt. MNC, seeks suitable bride. Contact : 9443379655 (K.M. Krishna Murthy). Box No. 15132



வி. சௌந்தரராஜன்

◆ ஐயர், தெலுங்கு, அனுஷம், குத்ஸவ கோத்திரம், வயது 36, 18.8.72, தனியார் வேலை, 5000/- பிராமணப் பெண்களில் எந்தப் பிரிவும் சம்மதம். வி. லெட்சுமி, 5/2 பாரதியார் 2வது தெரு, எஸ்.எஸ். காலனி, மதுரை - 10. செல் : 98421-91898

H. VENKATESWARAN, M.A.,



Palghat Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Chadhayam, 31/173, fair, handsome, teetotaler, MA, Dip. Computer Hardware, Own Business seeks bride. Contact : H. Ramanathan, 437, 8th Cross, Domlur Layout, Bangalore - 560 071.

◆ Iyengar, Thenkalai, Bharathwajam, Visagam Ist patham, 34/6', MBA, Polaris Software Chennai, 8 lacs/pa, seeks suitable girl, kalai no bar. Parthasarathy - 9444523510/044-26244070 Box No. 15056

◆ Iyer, Ashtasahasram, Kashyapa, Mirugasirisham, Sudha Jadagam, 46/CA/180cm, Bachelor, clean habits, Senior Manager, seeks suitable bride. Subsect no bar. Early simple marriage. Box No. 15057

◆ Iyer, Vadamal, Gowthama, Swathi, 1981, 185 cm, fair, BE (CS), Software, Bangalore, 3.6 lacs pa, seeks educated employed girl from respectable family. V. Balasubramanian Ph : 044-22420816 Box No. 15058

◆ Iyer, Vadamal, Naithrubha Kashyab, Anusham, 02.11.1978, 5.10', very fair, B.Com., (MCA), PG Dip in PM & IR, Senior Officer H.R. Ashok Leyland salary Rs. 4.1 lakhs p.a. seeks suitable educated employed bride. Contact : 9840952670, 044-26574546 Box No. 15059

◆ தென்கலை பாரத்வாஜம், உத்திரம்-4, பி.எஸ்ஸி., 35/5.8', தனியார் 10,000 சொந்த டபுள் பெட்ரூம் பிளாட் உள்ள மணமகனுக்கு +2 (அ) டிகிரி படித்த ஐயங்கார் மணமகள் தேவை. எளிய வரதட்சணையற்ற திருமணம். பெட்டி எண் : 15060

◆ Vadamal, Iyer, Bachelor, Haritha, 46 years, Kettai, 5.5 M.A. B.Ed., Central Government, Ananthapur Dist in Andhra Pradesh. Seeks educated any Brahmin bride. Divorcee without issue accepted. Contact Ph Nos. 9444833379, 9940381481. Box No. 15061

◆ Iyer, Garga, Brahacharanam, Pooradam, 30, 168, B.Com., CA Inter, Asst. Manager, Accts, Viswak Solutions IT, Chennai, 25,000, seeks graduate employed bride. Subsect no bar. 9840445557. msnn06@gmail.com Box No. 15062

◆ Iyengar, Vadagalai, Bharathwajam, Kettai-4, 40, 5.10', M.Tech (IIT), Annual Income thirteen lakhs MNC, Chennai, Respectable family, seeks suitable bride. Subsect no bar. Preferable BE, MBA, CA or Post-graduate. Box No. 15063

◆ N.A. Dt., Iyer, Kowsigam, Vadamal, 29/173, Uthiram-2, DEEE, Rs. 50,000/- p.m., at Singapore seeks bride. Subsects no bar. Phone : 04173-246538 and cell : 9790095567. Box No. 15065

◆ Iyer, Vadamal, Athreya Ausham, 36/5.8', BBA working in MNC, Chennai 5 lac per annum seeks good graduate girl. Subsect no bar. Ph : 044-22238207 Box No. 15066

◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Revathy, 44, BA, Diploma in Hotel Management, Bachelor, looking young, no bad habits, employed in CMS, Rs. 10,000+ other income, seeks girl, no demands. Contact Ph : 044-23713169 Mob : 09223329139 Box No. 15067

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், பரணி, 38/170 செ.மீ., ஐடிஐ, சொந்த வீடு, தனியார் நிறுவனம், 10,000/- + வரதட்சணை தேவையில்லை. தகுந்த மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும். 044-6534 0717/98417 07273 பெட்டி எண் : 15068

◆ Iyer, Vadamal, Sadayam, Bharadwajam, 28, 166cm, MBA, 4 Lacs p.a. Bank, employed at Chennai seeks well qualified employed good-looking girl. Contact : 044-2498 4621. 9884635525. Box No. 15071

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், அனுஷம், 28, 5.11', பி.டெக்., யு.கே.யில் பணிபுரியும் அழகான நல்ல

பண்புள்ள மணமகனுக்கு நன்கு படித்த அழகுள்ள வேலைக்குச் செல்லும்/ செல்லாத குடும்பப்பாங்கான மணப்பெண் தேவை. ஃபோன் : 04322-222157 செல் : 98424 78929 பெட்டி எண் : 15073

◆ Vadakalai, Kousigam, Uthiram 34/160cm, B.Sc., MBA, Assistant Manager, MNC, Chennai, having Own House seeks suitable unemployed graduate girl. Age 28-31. Contact : 044-2243 2559 Cell No. 9444615947 Box No. 15074

◆ குருக்கள், பாரத்வாஜம், மிருகசீரிஷம், 1974, 7ல் இராகு இருக்கும் டி.எம்.ஈ., படித்து ரூ. 10,000/- (மாதம்) சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். போன் : 9344706217 பெட்டி எண் : 15075

◆ Marathi, Smartha, Desistha, Brahmin, Sandalya Gothram, Rohini, 1979/170cm, M.C.A., Executive Hewlet Packered, Chennai Salary Rs. 17,000/- p.m., seeks graduate, employed bride. Ph : 044-24733728 Cell : 9884060376 Box No. 15076

◆ Wanted bride from Respected Family for Sainath Kaushigam, 28.12.1972, Chitrai employed in Dhanalakshmi Bank, Clerk (Cashier) Nellore (A.P.) Monthly Income 11,000/- Subsect No bar. No Expectation. Early simple marriage. Phone : 0861-2307551 Box No. 15077

◆ Iyer, Brahacharanam, Sankruthi, Uttrattathi, fair, 30/5.10', Clean Habits, MCA/SWE/MNC/Chennai, salary Rs. 40,000/- p.m., seeks

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" X 1") வெளியிட ரூ. 800.

Chennai employed girl. MCA/MBA/ BE Phone : 0431-2437251 - 044-24356541 Box No. 15078

◆ Vanniyakulakshathriyar, Uthiradam, 32, MBBS, M.S., MCH working, Decent Family Boy seeks, suitable fair, bride, Doctor/Engineer/MCA/ employed same caste, Contact with biodata/horoscope/Photo Contact : 09242738642/080-2576 1776 Box No. 15079

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, 29/5.7', MS employed in US Sai devotee boy seeks alliance from good-looking well qualified girls employed/ employable in US. Contact with horoscope, Photo : iyer_ss50@yahoo.co.in Phone : 022-2414 9261. Subsect no bar. Box No. 15081

◆ ஐயர், ஹரிதா, விசாகம்-4, 39, 5.7', (பிஎஸ்ஸி.,) இன்சூரன்ஸ், போஸ்டல் ஏஜண்ட், 10,000, சொந்த வீடு, விவாகரத்து பெற்ற குழந்தையில்லாத வரனுக்கு வாழ்க்கைத் துணையாக 30-35 வயதிற்குள் +2 மிகாமல் ஐயர், ஐயங்கார் மாத்வா, தெலுங்கர்கள் தேசஸ்தா பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகளே இல்லை. கோயிலில் எளிய திருமணம் சம்மதம். பெட்டி எண் : 15082

◆ ஐயர், வடமாள், பரணி, வயது 32, M.Com., ICWA படித்து, பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும் இயக்குநராகவும், ரூ. 12,000/- மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு மணமகள் தேவை. தாய், தந்தையர் இல்லை. சொந்த வீடு உண்டு. தொடர்புக்கு : 9443319924, 9443027531 பெட்டி எண் : 15083

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Aswini, 36/175, M.Sc., Manager, Project Delivery, U.S. Based, Software Company, Chennai. 3.6 Lacs per annum, fair, clean habits, seeks suitable graduate girl. Subsect no bar. Box No. 15084

◆ Vadama Iyer, Bharadwaja, Chithirai IV padam, 29 years, 168cm, fair, Graduate Boy, (MBA) employed in e publishing MNC firm Chennai, salary Rs. 12,000/- p.m., only son (Father & Mother retired Govt. Officials and pensioners) having Own Flat and House in Chennai seeks graduate employed/ unemployed girl. Subsect no bar. No Expectations. Box No. 15085

◆ Tamil Iyer, Vadama, Koundinya, Poosam, 29/180, B.Sc., CCNA, 2.5 Lakhs p.a. seeks Chennai based Vadama, Graduate, working girl from good family. email : ravirama12000@yahoo.com Phone :24611053. send horoscope Box No. 15086

◆ Palakkad Iyer of Kolkata, Bharadwajam, Vadamal, Poosam, 6 ft tall, 32, B.Com., IT, working in Kuwait. Suitably attractive, qualified girl wanted. Phone: 033-2474-8145/9883102294. Box No. 15087

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், உத்திரம்-4, 1969/173 செ.மீ., ரூ. 40,000, MBA, SAP Consultant, சென்னை வரனுக்கு படித்த குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. தொடர்பு : 9842313331. sbvsundar@yahoo.com பெட்டி எண் : 15088

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Aswathi, 31 years, 168cm, MCA, Fair, good-looking, Pvt Firm (Trichy) (Rs. 20,000/-) seeks suitable bride. Contact : 97880 38217 Box No. 15089

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koundinya, Anusham-4, November 1979, 180cms, M.S. Software Engineer in USA seeks suitable alliance from graduate girls, decent family, willing to settle in USA. Contact : 044-2224 1099 email : baluharisamy@gmail.com Box No. 15090

◆ **Vathima, Bharathwajam, Sadayam, 33/178, BE, Singapore $2000/- p.m., seeks Singapore employed/employable girl. Refer TM. M1164861 for photo & horoscope. Subsect ok. 09444651785/js3375@gmail.com Box No. 15091**

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Magam, Koundinyam, 32, B.Com., D.C.A., Dy. Manager, HDFC Bank, Chennai, salary + Rs. 33,000/- per month,

seeks suitable educated employed bride. Photo horoscope to Box No. 15092 Contact : 044-6544 6849.

◆ Brahmin, Gurukkal, Markandeya Gothram, Pooradam, 32/175cm, M.C.A., employed in HP (Senior S/W Engineer), Bangalore seeks girl. Ph : 98418 13057/9942111976 Box No. 15093

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Pooram, July 1977, fair, handsome, 173 cms, B.Com., MBA, I.S.O. 9001:2000 Auditor, Two Lakhs per annum, Owning Storied Houses, Housesites at Chennai seeks educated bride. Contact : Box No. 15094

◆ Iyer, Vadamal, Athreya Gothram, Anusham, 19.3.1979/165cms, B.C.S. PGDBM, working as Manager, Pvt Co., Chennai, Rs. 30,000/- p.m., seeks graduate employed or unemployed homely girl. Contact : Jayaraman 044-25500625 Box No. 15095

◆ **Brahmin, Neidruvakashyapam, 22.2.78, Ayilyam (3), 175cm, B.Sc., MBA, MNC, Chennai, 11 Lakhs p.a. House Car. (No demands). 2004 Accident Left leg artificial. Seeks Tamil/Kerala, Iyer/Iyengar girl. 044-22593915 Box No. 15096**

◆ Iyer, Ashtasahasram, Koundinyam, Revathi, 2.7.75/5.8', MSc., IT, SWE/MNC/Chennai Rs. 35,000/- p.m., seeks educated employed fair bride from respectable family. Susbect no bar. Phone : 044-22447914 Mobile : 98409 47914 Box No. 15097

◆ Smartha Brahmin, Athreya, Thiruvathirai, 45/167cm, Self employment, Monthly Income 10,000/- seeks any Brahmin Minimum qualification +2. Cell No. 9840846524 Box No. 15098

◆ **Iyer, Vadamal, Swathi, Srivatsa, 32/165cms, B.E., Team Leader Software, Chennai, Salary 6 Lacs pa, Divorcee, Seek Iyer Brahmin girl. Widow, Divorcee please excuse. Box No. 15099**

◆ Middle Class Graduate girl for Iyer, Haritham, Rohini, Unmarried, August 1964, B.E. National Chennel Sales Manager, Reputed Group Company, Chennai, Six Lakhs Annual. Phone : 044-24963748 Cell : 98401 79486 Box No. 15100

◆ Vadamal, Bharadwajam, Swathi, 32, 170, CA, Asst. Manager, MNC, Chennai, 8.3 Lacs pa seeks employed/unemployed good-looking girl. Subsect OK. Phone : 044-24850025. email : karthik.kumaraswamy@sifycorp.com Box No. 15101

◆ **வடகலை ஐயங்கார், சாண்டில்யம், திருவோணம், 06.10.1973, 5.9', B.Com., MBA (Fin). Assistant Manager, TVS & Sons, Hyderabad, (Shiftable), Rs. 26,000/- p.m., தென்கலையும் சம்மதம். Seeks graduate/Plus 2/Unemployed bride. Phone : 044-2242 1697. Cell : 98414 47588. Simple Marriage. Box No. 15102**

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/10/2008. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

◆ Wanted bride for Iyer Boy, Brahacharanam, 29 years, Mrigasheersham, Mithuna Rasi, Ph.D., from Germany, M.Tech from IIT/Kanpur. Now employed in Reliance/Gujarat. All set to take up New Employment at Europe wef. Dec. 2008. Contact : 020-2581 3750 Box No. 15103

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritham, Thiruvathirai, June 1981, Fair, B.E. (ECE), Technical Specialist in Information Security, Wipro Chennai Rs. 7.20 Lakhs p.a. seeks bride with similar qualification employed. Contact : 94442 20989 Box No. 15104

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Anusham, 35, 172cm, fair, M.Com., DCA, working in Leading Private Co., Trichy, Rs. 30,000/- per month, seeks girl, Subsect no bar. 044-24453600, 0431-2435021 Box No. 15105

◆ ஐயர், வடமாள், பௌர்குர்ஸ்ய, கேட்டை, DEC, BCA, 27/175cm, தனியார், மாத வருமானம் 36,000,

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

கோவை, மணமகனுக்கு, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. மொபைல் : 98943 51757 பெட்டி எண் : 15106

◆ செங்குந்தர் (கைக்கோளர்), 32, 5.9', புகைப்பட நிபுணர், துபாயில் அரசுப் பணி, சொந்த ஊர் பெங்களூர், வருட வருமானம் ரூ. 20 லட்சம், அனுஷ நட்சத்திரம் 4ம் பாதம், விருச்சிக ராசி, வரனுக்கு பட்டதாரி குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. தொலைபேசி எண் : 080-23201661 பெட்டி எண் : 15107

◆ Iyer, Vadama, Moudgalyam, Dec. 1973, Chathayam, 5.10', Diploma in Electronics & Tele Communication, working in BPO, Chennai, seeks suitable bride any Hindu. Call : 09387688673, email : kavilvanchey @yahoo.com Box No. 15108

◆ **Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Anusham-1, 30, Legal Divorcee with Mutual Consent seeks fair, very fair, educated unmarried girl only with Traditional Value from Cultured family. Ph : 080-25530847, sarvajith_vs1@hotmail.com Box No. 15109**

◆ Iyer, Vadamal, Kousikam, Uthirattathi-2, April 1979, 162 cms, M.A., M.Phil., Executive, MNC, Chennai, 15,000/- p.m., seeks educated employed/unemployed slim, fair bride from respectable family. Phone : 044-3256 4294 Cell : 98405-30881 Box No. 15110

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Vadhoolam, Chithirai-II, Dec. 1979, B.C.A. & Network. H.C.L. Chennai, 2.5 lacs p.a. seeks employed girl. Contact : Ph : 9841821992 Box No. 15111

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritha, Chithira, Tula Rasi, B.Com., 32/174, fair, clean habits, well versed in Music, self employed, (50,000 p.m.) seeks home loving graduate, non-working, fair, good-looking, musically interested girl 25-28 years. Box No. 15112

◆ Iyer, Vadama, Viswamithra, Hastham, 30/DME, 160cm, Own Business, Rs. 25,000 p.m., fair, clean habits, Chevvai Jadhagam, Seeks homely good-looking girl. Subsect acceptable. Ph :044-22237715. Cell : 9952363530 Box No. 15113

◆ வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், ரோஹிணி, 33, 6', பி.காம்., income 8000 Own Business, Own Flat, உடைய

பையனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த படித்த வேலையிலிருக்கும் பெண் தேவை. போன் : 24610775 99520 72957 Box No. 15114

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koushikam, Swathi, 6th July, '76, 178cm, Fair, MS IT & Management, Project Manager, I Gate, Chennai, Salary Rs. 8.5 lacs p.a. seeks suitable bride, age difference 3-6 acceptable. C. Sankaranarayanan, Ph : 044-2366 1825 Cell : 9962594199 Box No. 15115

◆ Telugu Niyogi, Koundinyam, Pooradam, 35/171 cms, MCA, MNC, Bangalore Fair, Handsome seeks suitable bride. Subsect no bar. Ph : 9445320076/2813 2588 Box No. 15116

◆ Seek alliance from Non-Bharathwaja, Vadamal girls for an young Businessman in Chennai, Aged 33, Krithigai, Post-graduate with an annual Income Rs. 5 Lacs & Above. Interested parties can contact for further details & Horoscope. Box No. 15117

◆ For Iyer, Vadama, Koundinyam, Kettai, 29/190cm, MCA Boy employed in Chennai, Good salary seeks fair, Iyer bride of Height above 170cm, Subsect no bar. Horoscope match must Contact : 9444382112 Box No. 15118

◆ சு.யஜுர் வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், ஆயில்யம்-1, 15.1.79, உயரம் 5.11', B.Com., Flexronics M.N.C. Company, Senior Analyst படித்த பட்டதாரிப் பெண் தேவை. ஃபோன் : 23821955. பெட்டி எண் : 15119

◆ Iyer, vadamal, Athreya, 35, Visakam, M.A. (Econ), 5.10", Clean habits, Scope (Standard Chartered Group) seeks graduate home-loving girl. 044-2241 2556 Mobile : 9444552960, Box No. 15120

◆ Iyer Boy, Brahacharanam, Koundanya, Magam, 27, 5.10', Fair, MCA, Project Associate in CTS, Chennai. 7.5 lacs per annum, Phone : 99400 69108, Subramanian. Box No. 15121

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், அஸ்வதி, 1975, 175 செ.மீ., 5.9', DECE, 12,000/- well settled Clean habits, Chennai Pvt Company-ல் பணிபுரியும் வரனுக்கு தகுந்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. Decent family. Subsect no bar. Ph : 9962158800, 9941048922 Box No. 15123

◆ பாரத்வாஜம், வடமாள், வடஆற்காடு, B.Com., M.A., Admn-HRD, Wheatish, 5.7', Uthiradam, Thanur Rasi, 24.3.76, Higher Exe, Communication Technologies Ltd., Chennai, Rs. 25,000/-p.m., Clean Habits, பட்டதாரி, வேலையில் உள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. தொடர்பு : 43588270 பெட்டி எண் : 15124

◆ Iyer, Srivatsa, Avittam-I, 32/180, BE MS (USA) USA East Coast Based, SWE, seeks any graduate girl. Ph : 044-24790140, email: vasuu0078@yahoo.co.in Box No. 15125

◆ ஐயர், வடமாள், ஷடமர்ஷண கோத்திரம், உத்திராடம், 39, 5.4', சென்னை, சொந்தத் தொழில், மாதம் ரூ. 15,000/- சொந்த வீடு, கும்பகோணம் தகுந்த பெண் தேவை. குழந்தையற்ற விதவை/குழந்தையற்ற விவாகரத்தான பெண் சம்மதம். உட்பிரிவு சம்மதம். போன் : 044-24867698 பெட்டி எண் : 15126

◆ ஐயர், வடமாள், க்ஷடமர்ஷணம், விசாகம், 36, 5.6' சென்னை, MNC, 4.50 lakhs p.a. சற்று தோல் Pigmentation உள்ள பையனுக்கு தகுந்த குடும்பப்பாங்கான படித்த வேலையில் உள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன் : 99400 98117, வீடு : 2472 8430, பெட்டி எண் : 15127

◆ Iyer, Brahacharanam, Pooratathi, Bharadwajam, 38 years, Legal Divorcee, Sr. Manager, HDFC Bank, Rs. 70,000 p.m., seeks god fearing, educated, unemployed Iyer girl below 33. Subsect no bar. Contact No. 99400 19583 Box No. 15128

◆ வாத்திமாள், தாரகாயணம், உத்திராடம்-4, 36/171 செ.மீ., பி.ஏ., சென்னையில் எச்.டி.எப்.சி. பேங்க் வேலை ரூ. 10,000/- சொந்த வீடு, ஒரே பையனுக்கு, நல்ல குடும்பப்பாங்கான, நல்ல குணமுள்ள படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 15129

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், ரோஹிணி, 40-176 செ.மீ., சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவர், மாத வருமானம் ரூ. 10,000/- சுயதொழில் மற்றும் சொந்த வீடு சென்னையில் உள்ள வரனுக்கு +2 அல்லது டிகிரி படித்த, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. எளிய முறையில் திருமணம். உட்பிரிவு சம்மதம். சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். போட்டோ ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 15130

◆ Iyer, Vadama, Kausika, Aswini, 38, 5.10", M.Com., Accounts Officer Reputed Firm 25,000/- seeks graduate employed/unemployed girl. Subsect accepted. Phone : 2377 5474 Box No. 15131

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapa, Barani, 28, 5.4', Diploma in Civil Engineer, employed Larson and Toubro, Senior Engineer, Presently working at Delhi Rs. 3.75 lac p.a. seeks suitable girl. Contact : 0431-2433241 Cell : 9443613632 Box No. 15133

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapam, Vishakam(4), 29/183/ MCA/Rs. 50,000/- p.m., U.K. Based MNC, Bangalore, very fair, good-looking, seeks graduate Bangalore employed, good-looking girl. Apply to Box No. 15134

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், சங்கிருதி, திருவாதிரை, 28.04.1982, B.Com., ICWAI, C.A. (Final), Finance Executive, PSU, Bangalore, 180cms, Clean habits & Good Personality seeks Professionally qualified girl with good family background (preferably employed at Bangalore). உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெற்றோர்களை திருச்சியில் தொடர்பு கொள்ள : 9443708138 valambal@gmail.com Box No. 15135

◆ Iyer, Vadamal, Koundinyam Moolam-I, 42/156/BA/MNC Bank Permanent Job 17,000/- p.m., Chennai seeks suitable girl. Caste no bar. Only Veg. Box No. 15136

◆ Vadakalai, Kowsigam, Thiruvadirai, 37, 160cm, I.T.I. (Fitter) Automobile Consultant, Having Own House and 3/4 Ground at Velacherry. Earning Rs. 30,000/- p.m., seeks unemployed +2 girl age 29 to 33. Phone No. 22432559, Cell : 9444615947 Box No. 15137

◆ ஐயர், வடமாள், கௌண்டிண்ய, மகம், 14.6.1967, பி.காம்., 25,000, டி.டி.கே. கம்பெனி, உட்பிரிவு சம்மதம். தகுந்த மணமகள் தேவை. ஆர். கிருஷ்ணன், 169, பட்டமங்கலத் தெரு, மயிலாடுதுறை, செல் : 9894285623, 04364-221857.

◆ Tanjore Iyer Vadamal, Bharadwajam, Uthiradam-I, Dhanur 2.6.1980, 175, B.Sc., MCA, MNC, Kolkata seeks homely graduate Vadamal girl. Contact : Moorthy, C23, Dasarathpuri, Palam Dabri Road, New Delhi. Ph : 25391252 gsreevidhya@yahoo.com

◆ தமிழ் ஐயர், நைத்ருப காஸ்யபம், திருவோணம், 1965, 5.4', B.Sc., AMIE, Sole Proprietor ISO Certified Engg. Company, வருட வருமானம் ரூ. 20,00,000/- வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. மரகதம், H21 B, மாந்தோப்பு காலனி, 8வது அவென்யூ, அசோக் நகர், சென்னை - 83.

◆ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், வாதூலம், சதயம், 33/162, B.Com., (CA) Accounts Executive, Rs. 80,000 p.m., குவைத் (விருப்பப்பட்டால் இந்தியாவிலும் பணியாற்ற வாய்ப்பு) உள்ள மணமகனுக்கு, மணமகள் தேவை. ஏ. ஹரிஹரகிருஷ்ணன், நெ. 27, ஸ்ரீ அய்யய பவனம், சொர்க்க வாசல் தெரு, C.N. Village, திருநெல்வேலி -1. ஃபோன் : 0462-2333561.

அக்டோபர் 2008 மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : 5.9.2008

◆ **Iyer, Vadamal, Kousigam, Karthigai, aged 34, v. fair, 5.6', Accountant, Onida Madras Rs. 16,000/- Own House, Subsect no bar. K.N. Thiagarajan, No. 9, Bhavithra Aparts., 9th St., Nanganallur, Chennai - 61. Ph : 044-22325192, 98412 61264**

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிகம், ஆயில்யம், **B.Sc., PGDCA,** ஸ்டெனோவாக சென்னையில் ரூ. 9000/-க்கு பணியில் உள்ள 35 வயது வரனுக்கு. ஐயர் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பி. ராமநாதன், நெ. 13, ஆறாவது குறுக்குத் தெரு, லாஸ்பேட்டை, புதுச்சேரி - 605 008. போன் : 0413-2251523.

◆ **Vadamal, Kousigam, Bharani-3, Dec. 73, 164 cm, B.Sc., (MBA), Sr. Executive, Ltd., Company, 3 lacs p.a. seeks suitable bride. Rajaraman, 2/8 Sridevi Amman Street, Subash Nagar, Chromepet, Chennai - 600 044. Ph : 044-2265 1830, 9884247635**

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், புனர்பூசம், 29, 5.10", **B.E., SWE, (At Tanzania),** மாதம் ரூ. 60,000 பெறும் வரனுக்கு, **SWE** வேலையில் உள்ள பெண் தேவை. சந்திரசேகரன், 105, **TNHB,** அண்ணா நகர், கடலூர் - 607 001. ஃபோன் : 04142-292 303. மொபைல் : 98654-68704.

◆ **Brahmin Smartha Kannada, Viswamithra, Hastham, 41/148, Dip. Music, Music Teacher, Rs. 12,000 p.m., seeks bride K.Rajalakshmi, 18/AB2, 'Snow Housing' 3rd Street, Bhagyalakshmi Nagar, Alappakkam, Chennai - 600 116. Ph : 9444451407**

◆ ஐயர், வடமாள், வடாற்காடு, ஹரித கோத்திரம், மிருகசீரிஷம்-2, 25.08.1970, **160cm, DEE(BE) Tyco Electronics Bangalore 5.25 lakhs p.a.** பண்புள்ள பையனுக்கு குடும்பப் பாங்கான படித்த பெண் தேவை. **V.K. Vaidyanathan, Plot 105, Prasad St., Seethapathy Nagar, Velachery, Chennai - 42. Tel : 22431121.**

◆ **Iyer, Vadamal, Avittam, 30 years, Mouthgalyam, S.S.L.C., employed in Singapore 50,000/- p.m., seeks suitable girl. Subsect no bar. N. Krishamoorthy, No. 28, Annavasal St., Mannargudi, Thiruvarur Dt - 614 001. Mob : 9486319850**

◆ **Suitable alliance invited for good-looking pious, Iyer, Vadamal Boy, Srivatsam, Uthirattadhi, 34/170, B.E. working Software Engineer, Australia - Rs. 2.25 lacs per month. contact : 04342-260863, 9443688324. T.B. Lakshmi Narayanan, 4/239, Duraisamy Gounder Street, Dharmapuri - 636 701.**

◆ **Alliance for Iyer Boy, Ashtasahasram, Bharadwajam, Krithigai, 39/162, BE, Masters in Construction Management, Senior Manager, Multinational Construction Company, Chennai Rs. 70,000 p.m., Contact with horoscope B. Satyanarayana, E-9**

★ பெட்டி எண் விளம்பரங்களுக்கு வரும் கடிதங்கள், அந்தந்த பெட்டி எண் விளம்பரதாரர்களின் விலாசங்களுக்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை வீதம், 3 தவணைகளில் அனுப்பப்படுகிறது. அவற்றிற்கு பதில் எழுதுவது/எழுதாமல் இருப்பது, அந்தந்த விளம்பரதாரரின் விருப்பமே. இதில் நாங்கள் தலையிட இயலாது.

Dos (ISRO) Housing Colony, Vastrapur, Ahmedabad - 380 015, Tel No. 079-26302271. Cell : 094263 58050.

◆ **Alliance for Iyer Boy, Ashtasahasram, Bharadwajam, Bharani, 36/162, B.Com., Professional Diploma in Software Technology and Systems Management, Team Leader, Leading Software Company, Hyderabad, Rs. 40,000/- p.m., Contact with horoscope S. Lakshmi, E-9, DOS (ISRO) Housing Colony, Vastrapur, Ahmedabad - 380 015, Tel No. 079-2630 2271, Cell : 094263 58050.**

◆ **Vadama Iyer, Srivatsam, Anusham, 12/1963, 5.6, B.Com., working in an MNC and based out of Mumbai. Seeks employed/ unemployed Brahmin bride from anywhere in India or abroad - Contact : 022-28773162, Mrs Laxmi R, G-2/16 Jal Padma, Bangur Nagar, Goregaon West, Mumbai - 400 090.**

◆ **Palghat Iyer Vadamal, Naitruva Kashyabam, Visakam, 32/158 cm, B.B.A., HDSE, MCA, clean habits, Rs. 15,000/- Research Associate in Pvt. Co., seeks suitable bride. 044-2474 7391 P.R. Ramachandran 24/20 Ramanujam St., West Saidapet, Chennai - 15.**

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காசியபம், பூசம், 28.3.1969, 165 செ.மீ., **M.Sc., M.Phil., B.Ed., Lecturer,** சென்னை ரூ. 20,000/- படித்த வேலையில்லுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எதிர்பார்ப்பது ஏதுமில்லை. செல் : 9940699250 ஆர். சுப்பிரமணியன், 19, சீனிவாச நகர் மெயின் ரோடு, சிட்லபாக்கம், சென்னை - 64.

◆ **Wanted bride upto 39 years for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Ashwini, 1967, 170 cm, B.Sc., Electronics MBA employed Mumbai Brahmin mixed parentage acceptable. Contact Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-25818702, 9890001857 vishuiyer@ rediffmail.com**

◆ **Bharadwaja, Vadama, Avittam, 4.8.74, 5.7', B.Com., C.A. Inter appeared, TCS Bombay 50,000 p.m + seeks girl. P.Krishnan, Vittal Heritage, Vittal Mandhir, Akurdi, Pune - 411 035. 09970014179.**

◆ **Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Brothers, 1) Moolam, 41/5.6', DEEE, Project Engineer, MNC, Chennai, 25,000 p.m., 2) Pooradam, 35/5.6', BBM, ICICI Bank, Madurai, 50,000 p.m., both seek slim, good-looking bride. Contact : T.V. Narayanan, H31,**

Central Avenue, Korattur, Chennai - 80. Phone : 044-2625 4064, M : 92831 86668.

மணமகன் தேவை

◆ Vadamal, Kousikam, Punarvasu, BE, MBA, Iskconite, 25 years, Tata Employee Pune girl seeks similarly or higher qualified settled in India only Iskconite boy of 28 to 30 years. Contact : Pune 2742 0778. Box No. 20162

◆ வடமாள், ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸம், உத்திராடம், முதல் பாதம், 34 வயது, குழந்தையில்லாத, சட்டப்படி விவாகரத்தான, டிகிரி படித்த பெண்ணிற்கு, விவாகரத்து/தாரமிழந்த, படித்த நிரந்தர வேலை, நல்ல குணமுடைய வரன் தேவை. எல்லா பிராமின் பிரிவினரும் அணுக. பெட்டி எண் : 20165

◆ Vanniyakulakshathriyar, Visakam, Parikara Chevvai, 29,MBBS, DMRT (DNB), fair, decent family girl seeks suitable bridegroom. Doctor/ Engineer/MCA same caste. Send Bio-data/Horoscope Photo. 09242738642, 080-2570 1776 Box No. 20166

◆ Ashtasasthram, Srivatsam, Avittam, 5.3.1981, 5 feet, M.Com., PGDAM, MBA final employed in TCS BPO fair, seeks professionally qualified boy. Subsects no bar. Reply with horoscope to Box No. 20167

◆ Iyer,Athreyam,Anusham, 26/5.4', PGDJM, worked as Journalist in Mumbai seeks Tamil Iyer groom Post-graduate below 30 years. Subsect no bar. Refer Tamil Matrimony M 1135990 Contact : 022-25453862. Box No. 20168

◆ Iyer, Vadamal, Sreevatsam, Kaarthigai, 1974/ 5.8', went to USA for studies. After Double MS worked for sometime. Now studying MBA will finish May 2009. Staying with brother in Philadelphia. See TMatrimony M1098954. Affluent family seeks post-graduate groom now in USA/ Canada. Contact : 09847523554 amnarayan@gmail.com Box No. 20169

◆ Iyer, Vadamal, South Arcot, Kausigam,Visagam I,Thulam 1982, B.Sc., MCA, 5.5', MNC, Employed Chennai, 7 Lakhs per annum, seeks professionally qualified groom well employed with clean habits. Age below 31 (1977) 044-22231085 Box No. 20170

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Aswathy, December, 1979, 5.7', MBA, Software, Professional, Bangalore employed Innocent Divorcee seeks suitable groom Brahmins only. Reply with horoscope and full details to Box No. 20171

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinya,Punarpoosam, 1980, MBA, working, Diabetis Type I good Control healthy girl wants groom

LALITHA, B.E.



Brahmin, Brahacharanam, Gowndinyam, Sept 84, 164 cm, unemployed willing to work after marriage. Seeks Boy Professionally qualified, B.E./ M.C.A./MBA, age within 30, Respectable Traditional family. Job : Central/State/MNC Boys. Monthly Income Rs. 25,000/- and above. Subsect no bar. Ph : 04365-224562 Box No. 20164

---

well qualified teetotaller settled. Subsect no bar. Contact : 9442277946 Box No. 20172

◆ Qualified BDS, Now doing MDS, I Year in Premier Institution, Chennai, Vadamal/Bharadwaj, Punarpoosam-4th padam, 1984 born, 5.3', seeks groom from Non-Bharadwaja, Vadamal, Medical Professional (Preferably Chennai) Phone : 044-2471 8584 Box No. 20173

◆ Iyer, Vadama, Non-Kousika, Pooradam Star, 162cm, June 1973, BE, employed Bombay, seeks well settled Keralite Engineer Boy below 40. Contact : 022-25687386/ 09819694145. Box No. 20174

◆ Iyer, Vathimal, Bharathwajam, Poorattadhi, 25/5.2', B.Sc., fair, domestically well trained girl, seeks well settled Iyer groom. V. Rajamani Iyer, 1/12 Agraharam Street, Mamakudi Post, Nagapattinam Dt - 609 301. Ph : 04364-280009. (9486278591)

◆ எஸ். பூர்ணிமா, ஐயர், பிரஹசரணம், பரணி, கௌண்டின்யம், 23, 5.3', மாநிறம் **MBA, Team Leader, Scope International Rs. 18,000/- monthly** சட்டப்படி விவாகரத்தானவர், ஐயர் வரன் தேவை. குழந்தை இல்லாமல் விவாகரத்தானவர் **widower** சம்மதம். **V. Seetharaman, Plot No. 11, Door 1, 6th Street, Balaji Nagar, Nanganallur, Chennai - 600 061. 044-22242755/9710435347**

◆ Vadama Iyer, Srivatsam, Pooradam, 04/1966, 5.0, B.Com., based out of Mumbai seeks well settled and decently employed grooms anywhere from India or abroad. Contact : 022-28773162, Mrs. Laxmi R, G-2/16 Jal Padma, Bangur Nagar, Goregaon West, Mumbai - 400 090.

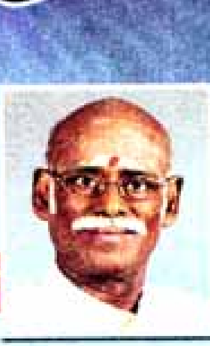
தபால் மூலம் விளம்பரம் அனுப்பும் விளம்பரதாரர்கள், தங்கள் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண் மற்றும் விளம்பர வாசகங்களை தெளிவாகப் புரியும்படி எழுதி, அதன் கீழ் கையொப்பமிட்டு அனுப்பும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

செப்டெம்பர் மாதம் எப்படி?

	1.9.2008 அன்று ராசி கிரகநிலை		கே
			சந், சூரி, சனி
ரா			சுக், செ. புத
குரு			

கிரக நிலை

ராசி பலன்களும் எளிய பரிகாரங்களும்



ணித்து வழங்குபவர் : டாக்டர் முருகடிமை துரைரா

மேஷம்



(அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1 ஆம் பாதம்)

மேஷராசி நேயர்களே! கணவன்-மனைவி ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். வழக்குகள் முடிவுக்கு வரும். இஷ்டதெய்வம், குலதெய்வம் போன்றவற்றுக்கு நேர்த்திக் கடனைச் செய்து முடிப்பீர்கள். அரசு வழி அனுகூலம் தேடிவரும். தாயாரின் உடல்நலனில் கவனம் தேவை. பணம் கையாள்வதில் எச்சரிக்கையுடன் இருப்பது நலம். மாணவர்கள், உத்யோகஸ்தர்களுக்கு டென்ஷன் மாதம்! வியாபாரிகளுக்கு மந்தகதி காணப்படும். கலைஞர்களுக்கு வாய்ப்புகள் கூடும். எனினும் வர வேண்டிய சம்பள பாக்கிகள் வருவதில் மிகுந்த சுணக்கம் நிலவும். 5.9.08 இரவு மணி 12.40 முதல் 8.9.08 பகல் மணி 1.06 வரை சந்திராஷ்டமம். புதிய முயற்சிகளில் மிக்க கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய், ராகு காலத்தில் ஸ்ரீ துர்க்கைக்கு தீபம் ஏற்றி குங்கும அர்ச்சனை செய்க. ''ஜெயஜெய துர்க்கா'' என்று ஜெபித்துக் கொண்டே இருக்கவும். துர்க்கைச் சித்தர் அருளிய ''துர்க்கா ஸ்தவம்'' பாராயணம் செய்க.

(கார்த்திகை 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்)

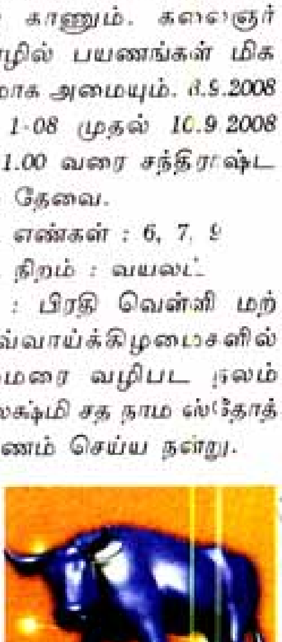
ரிஷப ராசி நேயர்களே! பிரிந்த தம்பதிகள் இணையும் வாய்ப்பு உள்ளது. எதிர்பாராத நன்மைகள் தேடி வரும். தெய்விகப் பிரார்த்தனைகள் பலிதம் ஆகும். சிலர் வெளிநாடு செல்ல நேரும். வாக்கினால் ஜீவனம் புரிவோர் மிகுந்த நற்பலனடைவர். பணம் கையாளும் பணியிலிருப்பவர்கள், கவனமுடன் பணிசெய்வது நலம். பெண்கள் உடல்நலம் பேணுவதில் மிக்க கவனமுடன் இருக்கவும். மாணவர்கள், அரசு வழி அனுகூலமான ஆணை பெறுவர். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பணிச்சுமை கூடும். வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழி நெருக்கடிகள் மிகுந்து காணும். கலைஞர்களுக்கு தொழில் பயணங்கள் மிகவும் லாபகரமாக அமையும். 8.9.2008 பகல் மணி 1-08 முதல் 10.9.2008 இரவு மணி 1.00 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 6, 7, 9

அதிர்ஷ்ட நிறம் : வயலட்

பரிகாரம் : பிரதி வெள்ளி மற்றும் செவ்வாய்க்கிழமைகளில் யோகநரசிம்மரை வழிபட நலம் கூடும். மகாலக்ஷ்மி சத நாம ஸ்தோத்திரம் பாராயணம் செய்ய நன்று.

ரிஷபம்



மிதுனம்



(மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

மிதுன ராசி நேயர்களே! உமது மகன் அல்லது மகள் வழியில் சுபச் செலவுகள் வரும். வீடு, மனை, வாகனம் என வாங்குவீர்கள். சிலருக்கு காதல் கைகூடும். கல்யாணமும் நடக்கும். தூர தேசத்திலிருந்து எதிர்பாராத நற்செய்திகள் வரும். செல்வந்தரின் நட்பு கிட்டும். இதனால் புதிய வாய்ப்புகளில் அடியெடுத்து வைப்பீர்கள். மாணவர்கள் தமது திறமையினாலும், புத்திக் கூர்மையினாலும் முன்னிலை பெறுவர். வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழி நெருக்கடிகள் விலகும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பணிச்சுமை அதிகரிக்கும். கலைஞர்களுக்கு வாய்ப்புகள் பெருகும். 10.9.2008 இரவு மணி 1.00 முதுல் 13.9.2008 பகல் மணி 11.00 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்துப் போடுவதைத் தவிர்க்கவும்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 1, 5, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : பச்சை.

பரிகாரம் : பிரதி புதன் மற்றும் சனிக்கிழமைகளில் அருகில் உள்ள விஷ்ணு ஆலயம் சென்று துளசி மாலை சாத்தி வழிபடவும். விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் படிக்கவும்.

(புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்)

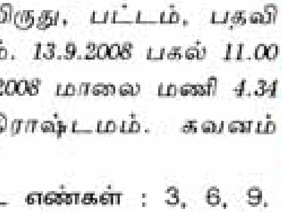
கடக ராசி நேயர்களே! சரளமான பணப்புழக்கம் உண்டாகும். வீடு கட்ட (அ) அபிவிருத்தி செய்ய கடன் கிடைக்கும். பெண்கள் வாழ்க்கைத் துணைவருடன் அனுசரித்துப் போவது நலம். பிரயாணம் மூலம் மனக்கவலை தீரும். மாணவர்கள் படிப்பில் தீவிர கவனம் செலுத்தவும். வியாபாரிகளுக்கு புதிய முயற்சிகளுக்கு ஆக்கமும் ஊக்கமும் கிட்டும். கடன் தீரும். எனினும் அபிவிருத்திக்கு புதிய கடனும் கிட்டும். உத்யோகஸ்தர்கட்கு பதவி உயர்வு இடமாற்றம் என நிகழ வாய்ப்புகள் உண்டாகும். கலைஞர்கள் பெயரும், புகழும் பெறுவர். சிலருக்கு விருது, பட்டம், பதவி என கிட்டும். 13.9.2008 பகல் 11.00 முதல் 15.9.2008 மாலை மணி 4.34 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : வெளிர் பச்சை.

பரிகாரம் : பிரதி சோமவாரம் ஸ்ரீ அம்பாளை மனமுருக வழிபடவும். சௌந்தர்யலஹரி (அ) அபிராமி அந்தாதி பாராயணம் செய்க.

கடகம்



சிம்மம்



(மகம், பூரம், உத்திரம் 1 ஆம் பாதம்)

சிம்ம ராசி நேயர்களே! கடின உழைப்புக்கும் உமது பிரார்த்தனைக்கும் நற்பயன் விளையும் நேரமிது. எதிரிகள் பலமிழப்பர். கணவன் - மனைவி இடையில் இருந்து வந்த மனஸ்தாபம் விலகி மகிழ்ச்சி பெருகும். பெண்களுக்குத் தாயார் வீட்டுச் சகாயம் கிட்டும். மாணவர்களுக்குக் கடின முயற்சியால் கணிசமாக மதிப்பெண் பெற வாய்ப்பு உள்ளது. வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழியில் நிலவிய சங்கடங்கள் விலகும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு தடைப்பட்ட பதவி உயர்வு கிட்டும். விவசாயிகளுக்கு அரசு வழி அனுகூலம் மிகும். கலைஞர்களுக்கு பெயரும், புகழும் சேரும். வாக்கினால் ஜீவனம் புரிபவர்கள் ஏற்றம் அடைவர். 15.9.2008 மாலை மணி 4.34 முதல் 17.9.2008 இரவு மணி 8.15 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 1, 4, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : சிவப்பு

பரிகாரம் : தினசரி சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. காயத்ரி மந்திரம் ஜெபிக்கவும். மாதா, பிதா, குரு வழிபாடு செய்வதால் கிரக தோஷம் விலகும்.

(உத்திரம் 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ,ஆம் பாதங்கள்)

கன்னி ராசி நேயர்களே! எண்ணியது ஈடேறும். உமது புத்திக்கூர்மையும் செயலாற்றலும் உமக்குக் கைமேல் பலன் தரும். கடன் தீரும். கவலைகள் விலகும். வெளிநாட்டுப் பயணத்துக்கு வாய்ப்பு உள்ளது. இறைவழிபாட்டினால் உமது சிரமம் குறையும். வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றுவீர்கள். குடும்பத்தில் சுபச்செலவுகள் வரும். மாணவர்கள் குறிக்கோளுடன் முன்னேற்றம் காணலாம். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு வரவேண்டிய நிலுவை கணிசமாகக் கிடைக்கும். கலைஞர்களுக்கு பிரயாணம் மூலம் பக்க லாபம் கிட்டும். 17.9.2008 இரவு மணி 8.15 முதல் 19.9.2008 இரவு மணி 10.43 வரை சந்திராஷ்டமம்.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 5, 6, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : பச்சை.

பரிகாரம் : பிரதி புதன் (அ) வெள்ளிக்கிழமையில் ஸ்ரீ யோக நரசிம்மரை வழிபடவும். விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் பாராயணம் செய்க. தினசரி 'ஓம் நமோ நாராயணா' என்று 108 முறை எழுதுக. நாராயண மந்திரம், நலந்தரும் மந்திரம்.



துலாம்



(சித்திரை 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

துலாம் ராசி நேயர்களே! உமது சுகபோகம் பெருகும். பணவரவுக் குப் பஞ்சமில்லை. வரும் செலவு களுக்கும் பஞ்சமில்லை. வேறு மொழி பேசுவோரால் சில சஞ்சலங்கள் நேரலாம். எனினும் அச்சப்படத் தேவையில்லை. பெண்கள், தாயார் வீட்டுக்குச் சென்று வரவும், உதவி, ஒத்தாசை பெறவும் வாய்ப்பு உள்ளது. மாண வர்கள் படிப்பில் கூடுதல் கவன முடன் படிக்கவும். வியாபாரிகள் அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய வரி பாக்கிகளைச் செலுத்தி விடவும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு மேல் முறை யீட்டில் அனுகூலமான முடிவுகள் கிட்டும். 19.9.2008 இரவு மணி 10.43 முதல் 21.9.08 இரவு மணி 1.08 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை

அதிர்ஷ்ட எண் : 3, 9

அதிர்ஷ்ட நிறம் : மஞ்சள்

பரிகாரம் : பிரதி வெள்ளிக் கிழமை காலை 10.30 - 12.00 ராகு கால நேரத்தில் உமது வீட்டில் விளக்குப் பூஜை செய்க. ''அலை மகளே வருக. ஐஸ்வர்யம் தருக'' என உளமுருக வேண்டினால் அஷ்டகடாக்ஷம் சித்திக்கும்.

(விசாகம் 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை)

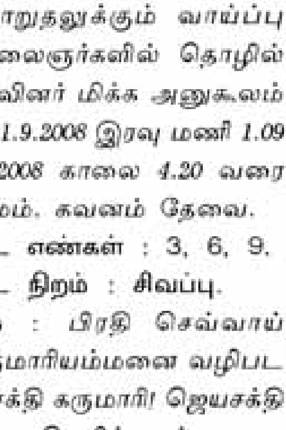
விருச்சிக ராசி நேயர்களே! சரள மான பணப்புழக்கம் உண்டாகும். எனினும் வாக்கில் மிக மிகக் கவனம் தேவை. தம்பதிகள் இணைந்து வாழ இடமுண்டு. கூட்டுறவால் நன்மைகள் நடக்கும். எதிர்பாராத உதவிகள் தேடி வரும். சிலர் அடிக்கடி வெளியூர் செல்ல நேரும். தந்தையின் உடல்நலனில் கவனம் தேவை. பெண்கள் விரும் பியதை அடைவர். மாணவர்கள் கடின முயற்சியினால் காரிய சாதனை புரிய இடமுண்டு. வியா பாரிகள் புதிய தொழில் துவங்க இடமுண்டு. உத்யோகஸ்தர்களுக் குப் பதவி உயர்வு கிட்டும். விரும் பிய இடமாறுதலுக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. கலைஞர்களில் தொழில் நுட்பப் பிரிவினர் மிக்க அனுகூலம் அடைவர். 21.9.2008 இரவு மணி 1.09 முதல் 24.9.2008 காலை 4.20 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம் : சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய் ஸ்ரீதேவி கருமாரியம்மனை வழிபட வும். ''ஓம் சக்தி கருமாரி! ஜெயசக்தி கருமாரி'' என ஜெபிக்கவும்.

விருச்சிகம்



தனுசு



(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 ஆம் பாதம்)

தனுசு ராசி நேயர்களே! பணம் தண்ணீராய்ச் செலவாகும். குடும்பத்தில் வீண் வாக்குவாதம் தவிர்த்தல் நலம். வீடு கட்டத் தேவையான நிதித் தேவை பூர்த்தியாகும். பெண்களுக்கு விருப்பங்கள் தடையின்றி நிறைவேறும். மாணவர்கள் மருத்துவம், சிவில் இன்ஜினீயரிங் போன்ற துறையில் சாதனை புரிவர். வியாபாரிகளுக்கு சுமாரான காலம். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பணிச்சுமை அதிகரிக்கும். உயர் அதிகாரிகளிடம் சற்றுப் பக்குவமாக நடந்து கொள்வது கலைஞர்களுக்குப் பரிசும் பாராட்டும் கிட்டும். 24.9.2008 அதிகாலை மணி 4.20 முதல் 26.9.2008 காலை மணி 8.40 வரை சந்திராஷ்டமம். மிகவும் கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 9.

அதிர்ஷ்ட நிறம்: பொன்னிறம்.

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் ஸ்ரீ தட்சிணாமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும். குருவருள் கூடும். திருவருள் சேரும்.

(உத்திராடம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2ஆம் பாதங்கள்)

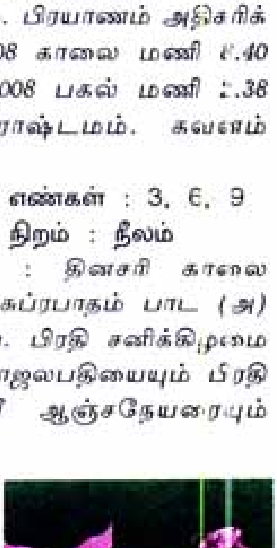
மகர ராசி நேயர்களே! புதிய முயற்சி எதுவானாலும் நேரடி கவனம் தேவை. தம்பதிக்குள் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். பெண்கள் வாழ்வில் நிதானம் கடைப்பிடித்தால் நிம்மதிக்குக் குந்தகம் நேராது. மாணவர்கள் நல்ல மதிப்பும், மரியாதையும் பெறுவர். வியாபாரிகளுக்கு கூட்டுத் தொழிலில் எதிர்பாராத சிக்கல் வரும். எனினும் சமாளித்துவிடுவீர்கள். விவசாயிகளுக்கு பணப்பயிர் நல்ல விளைச்சல் தரும். உத்யோகஸ்தர்கள் மேலதிகாரிகளிடம் நெருங்கிப் பழகுவதைத் தவிர்க்கவும். கலைஞர்களுக்கு வேற்று மொழி வாய்ப்புகள் பெருகும். பிரயாணம் அதிகரிக்கும். 26.9.2008 காலை மணி 8.40 முதல் 28.9.2008 பகல் மணி [illegible].38 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 9

அதிர்ஷ்ட நிறம் : நீலம்

பரிகாரம் : தினசரி காலை வெங்கடேச சுப்ரபாதம் பாட (அ) கேட்க நன்று. பிரதி சனிக்கிழமை ஸ்ரீ வெங்கடாஜலபதியையும் பிரதி ஞாயிறு ஸ்ரீ ஆஞ்சநேயரையும் வழிபடவும்.

மகரம்



என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
செப்டம்பர் 2008 இதழுடன் இணைப்பு



ஓமவல்லி ஜாம்

தேவையானவை : சுத்தமான ஓமவல்லி இலைகள் - 1 கப், சர்க்கரை - 1 கப், பெக்டின் - சிறிது.

செய்முறை : ஓமவல்லி இலைகளை மிக்ஸியில் விழுதாக்கவும். சர்க்கரையைப் பாகு செய்து, நுரைத்து வந்ததும், ஓமவல்லி விழுது சேர்த்துச் சுருளக் கிளறவும். சிறிது பெக்டின் பவுடர் சேர்த்துக் கிளறவும். விறுவிறுப்பான, இனிப்பான, ஆரோக்கிய ஜாம் தயார்!

- உஷா நடராஜன், சென்னை- 4.

வாசகியரின் கைவண்ணத்தில்

தித்திப்பு 64!



வெல்ல பாதுஷா

தேவையான பொருள்கள் :
மைதா மாவு, வெல்லம் - தலா ¼ கிலோ,
பால் - 1 கப்,
நெய் - 4 ஸ்பூன்,
உப்பு - 1 சிட்டிகை.
நெய் - பொரிக்க,
பொடித்த சர்க்கரை - பிரட்டி எடுக்க

செய்முறை : சலித்த மைதாவுடன், சூடான பால், உப்பு, வெல்லம், நெய் சேர்த்து பிசைந்து, வடைகளாகப் பொரித்தெடுக்கவும். சூடான பாதுஷாக்களை பொடித்த சர்க்கரையில் புரட்டி வைக்க பரவச ருசிதான்!

- கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி, கும்பகோணம்.

சீதாப்பழ பாயசம்

தேவையான பொருள்கள் :
விதை நீக்கிய பழக்கூழ்,
பால் - தலா 1 கப், சர்க்கரை - ½ கப்,
முந்திரித் துண்டுகள், ஏலப்பொடி, வெனிலா எஸன்ஸ்,
குங்குமப்பூ - தலா சிறிதளவு.

செய்முறை : சுண்டக் காய்ச்சிய பாலுடன், பழக்கூழையும் சேர்த்து கொதிவிட்டு, வறுத்த முந்திரி, ஏலம், எஸன்ஸ், குங்குமப்பூ சேர்க்கவும். பழப்பாயசம் படு ஜோர்.

- நா. சரோஜா, பம்மல்.



தித்திப்பு 64!



முக்கனி அப்பம்

தேவை:

தோல் நீக்கிய மாம்பழத் துண்டுகள் - 1 பழ அளவு, தோல் நீக்கிய வாழைப் பழம் - 3, சுத்தம் செய்த பலாச்சுளை- 6, ரவை, மைதா மாவு, கோதுமை மாவு - தலா 1 கரண்டி, ஏலம், உப்பு - தலா 1 சிட்டிகை, எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை : மூன்று பழங்களையும் உப்பு சேர்த்து கூழாக்கவும். சலித்த மாவுகளை கூழுடன் சேர்த்து இட்லி மாவு பதத்தில் வைக்கவும். அப்பக் குழியில் ஊற்றி வெந்தவுடன் திருப்பிப் போட்டு எடுக்கவும். சர்க்கரையில்லாத சாதக அப்பம் தயார்.

- சுபா பாண்டியன், போடிநாயக்கனூர்.

பலாக்கொட்டை பர்ஃபி

தேவையான பொருள்கள் : சுட்டுப் பொடியாக்கிய பலாக்கொட்டை - 1கப், நெய்யில் வறுத்த கடலை மாவு, தேங்காய்த் துருவல் - தலா ½ கப், சர்க்கரை - 1½ கப், நெய் - 6 டேபிள் ஸ்பூன், நறுக்கிய பாதாம் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பொடித்த ஏலம் - சிறிதளவு.

செய்முறை : எல்லாவற்றையும் அடிகனமான பாத்திரத்தில் ஒன்றாகக் கொட்டிக் கிளறி, பர்ஃபி பதம் வந்ததும், வில்லைகள் போடவும்.

- என். சாந்தா, பம்மல்.



தித்திப்பு 64!



ரவா பணியாரம்

தேவை :

ரவை, மைதா மாவு, சர்க்கரை - தலா 1 கப், முந்திரி (துண்டுகளாக்கியது) - 10 பருப்பளவு, ஏலம், சமையல் சோடா - 1 சிட்டிகை, தண்ணீர், ரீஃபைண்ட் ஆயில் - தேவைக்கு.

செய்முறை : ரவையை மூழ்கும் வரை நீர் விட்டு, இருபது நிமிடங்கள் ஊறவைக்கவும். ஊறிய ரவையில் மற்றவற்றைக் கொட்டி, இட்லி மாவு பதத்தில் கரைத்து, அப்பக் குழியில் ஊற்றி எடுக்கவும். அல்லது கடாயில் ஒவ்வொன்றாகப் பொரித்து எடுக்கவும்.

- த. இராஜேஸ்வரி, சாத்தூர்.

நெல்லி பர்ஃபி

தேவையான பொருள்கள் :
பெரிய நெல்லிக்காய் - 20,
பால் - 1 லிட்டர்,
வெல்லம் - ¼ கிலோ, நெய் - வதக்கும் அளவு

செய்முறை : கொட்டை நீக்கி, வெந்த நெல்லிக்காய்களை கூழாக்கவும். கூழை நன்கு நெய்யில் வதக்கவும். சுத்தம் செய்த வெல்லத்தை அரை லிட்டராகக் குறுக்கிய பாலில் போட்டு, பாகு பதத்திற்கு கொதிக்க விடவும். பாகில், கூழைக் கொட்டிக் கிளறி வில்லைகளாக்கவும். நெய் மணக்கும் நெல்லிச்சுவை நெகிழச் செய்யும்.

- நெல்லை வள்ளி ராமகிருஷ்ணன், மணக்காடு.



தித்திப்பு 64!



மாடர்ன் அல்வா

தேவை :
ரஸ்க் - 1 பாக்கெட்,
முந்திரி பிஸ்கட் - 6,
சர்க்கரை - பொடி செய்த பிஸ்கட் அளவு போல் 1½ பங்கு,
நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
சிவப்பு நிறம் - 1 சிட்டிகை,
வறுத்த முந்திரி - அலங்கரிக்க.

செய்முறை :
கெட்டிச் சர்க்கரைப்பாகில், பொடித்த ரஸ்க், பிஸ்கட், நெய், கலர் சேர்த்து நன்கு கிளறி, வில்லைகள் போடவும். முந்திரியினால் அலங்கரிக்க, மாடர்ன் அல்வா ஆளையே மயக்குமே!

- எஸ். ராஜி ரவிசங்கர், கும்பகோணம்.

மில்கி டிலைட்

தேவையான பொருள்கள் :
கன்டென்ஸ்டு மில்க் - 1 டின்,
சர்க்கரை - 1¼ கப், நெய் - 100 கிராம்,
முந்திரி + பாதாம் - தலா சிறிதளவு.

செய்முறை : கன்டென்ஸ்டு மில்கில் சிறிதளவு தண்ணீர் விட்டுக் கரைத்து சர்க்கரையுடன் அடுப்பில் வைத்துக் கிளற, சுருண்டு வரும். வறுத்துப் பொடித்த பருப்புகளைச் சேர்த்து உருண்டையாகப் பிடிக்கவும்.

- ப்ரியம்வதா சுப்ரமணியன்,
மயிலாப்பூர்.



தித்திப்பு 64!



சம்பா புட்டு கேசரி

தேவையான பொருள்கள் : நெய்யில் வறுத்த புட்டு மாவு, நெய்யில் வறுத்த முந்திரி - தலா 100 கிராம், பொடித்த வெல்லம், நெய் - 200 கிராம், தண்ணீர் - 2 கப், ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை : கொதித்த நீரில், சுத்தம் செய்த வெல்லத்தைப் போட்டு, மாவையும் கொட்டிக் கிளறவும். வெந்த புட்டோடு நெய், ஏலம் சேர்த்து செய்த சம்பா கேசரியை சுவாமி நெய்வேத்தியத்திற்கும் வைக்கலாமே!

- ஆர். விஜயாள், திருநெல்வேலி.

தானிய பணியாரம்

தேவையான பொருள்கள் :
அரிசி, வெல்லத் தூள் - தலா 2 கப்,
து.பருப்பு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு,
ப. பருப்பு - சம அளவில் மொத்தமாக 2 கப்,
நெய் - ½ கப், தேங்காய்ப் பூ, எள் - தலா 1 ஸ்பூன்,
எண்ணெய்/நெய் - ½ கப், ஏலப்பொடி, உப்பு - தேவைக்கு.

செய்முறை : ஊறவைத்த அரிசியை நைசாகவும், பருப்புக்களை கரகரப்பாகவும் அரைத்து உப்பு சேர்க்கவும். சுத்தம் செய்த வெல்லத்தைப் பாகாக்கி, வறுத்த எள், தே.பூ சேர்த்து, தோசை மாவு பதத்தில் கரைக்கவும். பணியாரக் குழியில் ஊற்றிச் சாப்பிட்டால் தின்னத் தின்ன திகட்டாது.

- என். இந்துமதி, கோவை.



தித்திப்பு 64!



இனிப்பு வடை

தேவையான பொருள்கள் :
வெள்ளை உளுந்து - 200 கிராம்,
கற்கண்டு - 100 கிராம்,
எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை :

ஒரு மணி நேரம் ஊறிய பருப்பை, கற்கண்டுடன் சேர்த்து பந்தாகக் கெட்டியாக அரைக்கவும். மாவை சிறு வடைகளாகத் தட்டி எடுக்கவும். இனிப்பு வடை, களிப்பைத் தரும்.

- அ. மல்லிகா, சென்னை.

முளைவிட்ட மூங்தால் உருண்டை

தேவையான பொருள்கள் :
முளைவிட்ட பாசிப்பயறு - 2 கப்,
சர்க்கரை, நெய் - தலா 1 கப்,
டூட்டி ஃப்ரூட்டி - 3 மேஜைக்கரண்டி,
ஏலப்பொடி - 1 தேக்கரண்டி

செய்முறை : பயறை சிவக்க வறுத்துப் பொடிக்கவும். மாவாக்கிய சர்க்கரையும் பயறுப் பொடி, ஏலம், டூட்டி ஃப்ரூட்டி சேர்த்து, நெய்யைக் காய்ச்சி விட்டு உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- ஆர். பிருந்தா இரமணி, மதுரை.



தித்திப்பு 64!



மைதா அல்வா

தேவையான பொருள்கள்:

மைதா மாவு - 1 கப்,
சர்க்கரை - 1½ கப்,
நெய் - ½ கப்,
முந்திரி, திராட்சை - தலா 10,
தண்ணீர் - 1 கப்,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை :

சர்க்கரையை கம்பிப் பதம் வைத்து, அதில்,கரைத்த மைதா மாவைக் கொட்டிக் கிளறவும். நெய் விடவும். சுருள வந்ததும் வறுத்த முந்திரி, திராட்சை ஏலப்பொடி சேர்த்து, துண்டம் போடவும்.

- என். காஞ்சனா, தர்மபுரி.

ரவைச் சோழி

தேவையான பொருள்கள் :
ரவை, சர்க்கரை - தலா 1 கப்,
ஏலப்பொடி - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
நெய் - 1 ஸ்பூன், எண்ணெய் - பொரிப்பதற்கு,
உப்பு - 1 சிட்டிகை.

செய்முறை : ரவையை இலேசாகப் பொடித்து, உப்பு, சிறிது நீர், நெய் சேர்த்துப் பிசைந்து அரை மணி நேரம் மூடிவைக்கவும். ஊறிய மாவில் சுண்டைக்காய் அளவு எடுத்து சோழி போல் தேய்த்து அரைமணி பேப்பரில் போட்டு வைத்து, பின் பொரித்தெடுக்கவும். சர்க்கரைப்பாகில் ஏலம் சேர்த்து சோழிகளைப் போட்டுக் குலுக்கி வைக்கவும்.

- எஸ். பத்மாசினி,
மயிலாப்பூர்.



தித்திப்பு 64!



ஹோம் மேட் சாக்லேட்

தேவையான பொருள்கள் :
பால் - 1 லிட்டர் (சுண்டக் காய்ச்சவும்),
சலித்த மைதா, வெண்ணெய், கொக்கோ பவுடர் - தலா ½ கப்,
சர்க்கரை - ½ கிலோ

செய்முறை : சர்க்கரையைப் பொடித்து, வெண்ணெயுடன் பேஸ்ட்டாகக் கலந்து, அதில் மைதா, கொக்கோ இரண்டையும் சேர்த்து, பாலில் கொட்டி அடுப்பில் வைக்காமல் கிளறவும். இறுகியவுடன், நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில் கலவையைக் கொட்டி, வில்லைகள் போடவும்.

- எஸ். சரோஜா, இராயப்பேட்டை.

பால் பணியாரம்

தேவையான பொருள்கள் : பச்சரிசி - 100 கிராம், வெள்ளை உளுந்து - 25 கிராம், ஏலம் - 5, வெந்தயம் - 1 டீஸ்பூன், சர்க்கரை - 100 கிராம், தேங்காய்ப் பால் - 300 மி.லி., ரீஃபைண்ட் ஆயில் - ½ லிட்டர்.

செய்முறை : பச்சரிசி, உளுந்து, வெந்தயம் மூன்றையும் ஊறவைத்து மையாக அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைத்த மாவை சிறிய டீஸ்பூனால் குட்டிக் குட்டியாக எண்ணெயில் போட்டுப் பொரித்து எடுத்து, சர்க்கரை, ஏலம் கலந்த தேங்காய்ப் பாலில் போட்டு 10 நிமிடம் ஊறியபின் எடுத்துச் சாப்பிடவும். ஜோரான பால் பணியாரம் தயார்!

- ரா. விஜயாள், திருநெல்வேலி - 7.



தித்திப்பு 64!



ஸ்வீட் இட்லி

தே. பொருள்கள் :
பச்சரிசி - 2 கப்,
அவல், துருவிய தேங்காய்,
பால் - தலா 1 கப்,
வெல்லத்தூள் - ¾ கப்,
புளிக்காத தயிர் - 1 ஸ்பூன்,
உப்பு, திராட்சை, முந்திரி, ஏலத்தூள்,
நெய் - தேவைக்கு.

செய்முறை : இரண்டு மணி நேரம் ஊறிய அரிசியை சன்ன ரவையாக அரைக்கவும். சுத்தம் செய்த அவலைப் பிழிந்து, அரிசி தேங்காய்த் துருவல், வெல்லத்துடன் பால் விட்டு அரைக்கவும். அரிசி மாவுடன் எல்லாவற்றையும் கொட்டி நெய் தடவிய இட்லித் தட்டில் வார்க்கவும்.

- எஸ். ஆண்டாள், அம்பத்தூர்.

கார்ன்ஃப்ளேக்ஸ் லட்டு

தேவையான பொருள்கள் :
கார்ன்ஃப்ளேக்ஸ் - 1கப்,
பொடித்த சர்க்கரை - 1½ கப்,
முந்திரி - 10, நெய் - சிறிதளவு,
எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை : எண்ணெயில் பொரித்த கார்ன்ஃப்ளேக்ஸைப் பொடித்துக் கொள்ளவும். இதை சர்க்கரைப் பொடியில் போட்டு, வறுத்த முந்திரியுடன், நெய்யைக் காய்ச்சி விட்டு உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- ஜி. கமலகுமாரி, போளூர்.



தித்திப்பு 64!



தேங்காய் கோவா லட்டு

தே. பொருள்கள் :
தேங்காய் - 1 (துருவிக் கொள்ளவும்),
சர்க்கரை - 1¼ கப்,
இனிப்பில்லா ப்ளெயின் கோவா - ¼ கிலோ,
திராட்சை, முந்திரி - தலா 50 கிராம்,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை : அரை கப் சர்க்கரை, கோவா இரண்டையும் மிதமான தீயில் இளகும் வரை கிளறவும். மீதி சர்க்கரை, தே. துருவலை பூரணம் போலக் கிளறவும். முந்திரி, திராட்சையை நெய்யில் வறுத்து மொத்தமாகக் கொட்டி லட்டுவாகப் பிடிக்கவும்.

- கே. நிருபமா, பூனே.

உக்ளி

தேவையான பொருள்கள் :

உளுந்து, வெல்லம்,
நல்லெண்ணெய் - தலா ¼ கிலோ

செய்முறை : வறுத்த உளுந்தைப் பொடிக்கவும். சுத்தம் செய்த வெல்லத்தில் மாவைக் கொட்டி இட்லி மாவுப் பதத்திற்குக் கரைக்கவும். இதில் எண்ணெயைச் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து, அல்வா பதத்திற்குக் கிளறவும்.

- எஸ். திவ்யா, கொளத்தூர்.



தித்திப்பு 64!



கோவா ரசகுல்லா

தேவையான பொருள்கள் :

ரவை - 2 ஆழாக்கு,
சர்க்கரை - 1 ஆழாக்கு,
பால்கோவா - ¼ கிலோ,
எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை :

ரவையைத் தண்ணீர் தெளித்து ஒரு சிட்டிகை உப்புடன் இடித்துப் பிசையவும். கிண்ணங்களாக செய்த ரவையினுள் கோவாவை வைத்து மூடிப் பொரிக்கவும். சர்க்கரை ஜீராவில் பொரித்த கோவா கிண்ணங்களைப் போட்டு ஊறியதும் எடுத்து வைக்கவும்.

- எஸ். சுகந்தி, கீவளூர்.

இனிப்பு சேவு

தேவையான பொருள்கள் :
கடலை மாவு - 100 கிராம்,
அரிசி மாவு, சர்க்கரை - தலா 50 கிராம்,
வெண்ணெய் - 1 தேக்கரண்டி,
எண்ணெய் - பொரிக்க, உப்பு - 1 சிட்டிகை.

செய்முறை : சலித்த மாவில் உப்பு போட்டு, நீர் விட்டு, வெண்ணெய் சேர்த்துப் பிசையவும். முறுக்குப் பத மாவை சேவு கட்டையில் தேய்த்துப் பொரிக்கவும். கம்பிப்பத சர்க்கரைப் பாகில் சேவுகளைப் போட்டுப் பிரட்டவும்.

\- பிரவீணா அருண், பென்னாகரம்.



தித்திப்பு 64!



வீட் ரவா அல்வா

தேவையான பொருள்கள் :

கோதுமை ரவை, வெல்லத் தூள் - தலா 1 கப், பால் - 2 கப், நெய் - 3 ஸ்பூன், வறுத்த முந்திரி, ஏலத்தூள் - சிறிதளவு

செய்முறை :

நெய்யில் வறுத்த ரவையை, பாலில் வேகவிடவும். வெந்த ரவையில் வெல்லம் சேர்த்து நன்கு கிளறி, நெய் விட்டு, இதர சாமான்களைச் சேர்க்கவும்.

- க. வேடியப்பன், கும்மிடிப்பூண்டி.

அத்திப்பழம், டேட்ஸ் ரோல்ஸ்

தேவையான பொருள்கள் :
அத்திப்பழம் - 4,
பேரீச்சை - 6, பால், சர்க்கரை - தலா 1 கப்,
நெய் - ½ கப்,
தேன், வறுத்த முந்திரி - தலா 2 தேக்கரண்டி.

செய்முறை : வேகவைத்த பேரீச்சம்பழத்தை அரைத்து, பால் சர்க்கரை யுடன் அடுப்பில் வைத்துக் கிளறவும். சிறிது சிறி தாக நெய் சேர்த்து, நறுக்கிய அத்திப்பழம், முந்திரி, தேன் சேர்த்து, ஆறியவுடன் நீள வாக்கில் உருட்டி, வைக்கவும்.

- எம். லக்ஷ்மி கௌரி, பம்மல்.



தித்திப்பு 64!



தேங்காய் மைசூர்பாகு

தேவையான பொருள்கள் :

பால், தேங்காய்த் துருவல், நெய், கடலை மாவு - தலா 1 கப், சர்க்கரை - 3 கப், வறுத்த முந்திரி - சிறிதளவு.

செய்முறை:

மேலே குறிப்பிட்ட எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து, கிளறவும். கெட்டிப்பதம் வந்தவுடன் நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, ஆறியவுடன் வில்லைகள் போடவும்.

- எஸ். சரஸ்வதி, கடலூர்.

கம் ஸ்வீட்!

தேவையான பொருள்கள் :
கோதுமை மாவு - 200 கிராம்,
வெல்லம், நெய் - தலா 300 கிராம்,
முந்திரி, பாதாம் பொடித்தது - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,.
அகேஷியா கம் பவுடர் - 15 கிராம்,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை : மாவை, நெய்யில் சிவக்க வறுக்கவும். அத்துடன் கம்(gum) பவுடரை உருகும் வரை கிளறி (சுமார் 2 நிமிடம்) முந்திரி, பாதாம், ஏலம் சேர்த்து அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும். பிறகு துருவிய வெல்லம் சேர்த்து நன்கு கிளறி வில்லைகள் போடவும்.

- கீர்த்தி சாகர் சர்மா, பூனே.



தித்திப்பு 64!



அவல் அல்வா

தேவையான பொருள்கள் :

பால், அவல், துருவிய தேங்காய் - தலா 1 கப்,
சர்க்கரை - 2 கப்,
முந்திரி - 10,
ஏலம் - 3,
நெய் - 100 கிராம்.

செய்முறை :

இலேசாக வறுத்த அவலை, பொடித்துக் கொள்ளவும். அவல் பொடி, பால், சர்க்கரை, நெய் இவற்றை ஒன்றாக்கி, சூட்டில் கிளறி, ஒட்டாமல் வரும்பொழுது வறுத்த முந்திரி, ஏலம் சேர்க்கவும்.

- ஜி. சித்ரா பார்வதி சரவணகுமார், தர்மபுரி.

பயறு உருண்டை

தேவையான பொருள்கள் :
வறுத்த பயறு, பச்சரிசி, வெல்லம் - தலா 1 கப்,
வறுத்த பொட்டுக்கடலை- ¼ கப்,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை : பயறு, அரிசி இரண்டையும் பொடித்து, பொட்டுக்கடலை, ஏலம் சேர்க்கவும். சுத்தம் செய்த வெல்ல கெட்டிப்பாகில் எல்லாவற்றையும் கொட்டி உருண்டை பிடிக்கவும்.

- காசி. கி. நிர்மலா பிரேம் ஆனந்த்,
மயிலாடுதுறை.



தித்திப்பு 64!



கேரட் அல்வா

தேவையான பொருள்கள் :
துருவிய கேரட்- 2 கப்,
பால் - 1½ கப்,
சர்க்கரை - 1 கப்,
வறுத்த முந்திரி, நெய் - 2 ஸ்பூன்,
ஜாதிக்காய்த் துருவல் - ¼ ஸ்பூன்.

செய்முறை :
கேரட்டை பாலில் வேகவைத்து, அத்துடன் சர்க்கரை, நெய் சேர்த்து, சுருள வதக்கி முந்திரி, ஜாதிக்காய் துருவல் சேர்க்கவும்.

- சந்திரிகா ரவிச்சந்திரன், இராசிபுரம்.

நேந்திரம் பழ சுவை

தே. பொருள்கள் :
அதிகம் பழுக்காத நேந்திரம் பழம் - 2,
சர்க்கரை - 2 கரண்டி,
நெய் - 100 கிராம்.

செய்முறை: அரை அங்குல அகலத்தில் துண்டுகளாக்கிய பழத்தை, கால் தம்ளர் நீரில் வேகவிடவும். வெந்ததில் சர்க்கரையைப் போட்டு, நெய்யை விட்டு துண்டுகள் உடையாமல் கிளறி எடுக்கவும்.

- எஸ். கமலவேணி, கோயமுத்தூர்.



தித்திப்பு 64!



பைனாப்பிள் சுவீட் பர்பி

தே. பொருள்கள் :

அன்னாசி, சர்க்கரை தலா 1 கப்,

பால் பவுடர்,

நெய் - தலா 3 தேக்கரண்டி,

முந்திரி - 6.

செய்முறை :

சுத்தம் செய்த பழத்தை மிக மெல்லிய துண்டுகளாக நறுக்கவும். கம்பிப்பத சர்க்கரைப்பாகில் துண்டுகளைப் போட்டு, நெய் விட்டுக் கிளறவும். வறுத்த முந்திரி சேர்த்து, வில்லைகள் போடவும்.

- கே. அப்ஜான், சென்னை.

அகர் அகர் ஸ்வீட்டி

தேவையான பொருள்கள் :
பொடியாக நறுக்கிய கடற்பாசி - 1 கப்,
பால், தண்ணீர் - தலா 2 கப், சர்க்கரை - 1½ கப்,
சமையல் சோடா - 1 சிட்டிகை,
முந்திரி - அலங்கரிக்க.

செய்முறை : பால், தண்ணீர், சர்க்கரை சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து இட்லி சர்க்கரை கரைந்ததும், கடற்பாசி, சோடாவைக் கலந்து கிளறவும். மாவு பதத்தில் கெட்டி யானதும், நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, முந்திரி யால் அலங்கரித்து, ஒரு மணி நேரம் கழித்து வில்லைகள் போடவும்.

- சுஜாதா சுதாகர், மங்கலாம்பேட்.



தித்திப்பு 64!



அவல் உருண்டை

தேவையான பொருள்கள் :

பொடித்த அவல், வெல்லம் - 1 கப்,

துருவிய தேங்காய்,

நெய் - 2 ஸ்பூன்,

முந்திரி - 10

செய்முறை:

அவல், தேங்காய், முந்திரி மூன்றையும் தனித்தனியாக வறுத்துப் பொடிக்கவும். அத்துடன் வெல்லத்தையும் போட்டு, பொடித்து வறுத்த முந்திரி, நெய் சேர்த்து உருண்டை பிடிக்கவும்.

- ப்ரதீபா சிவகுமார், சென்னை.

ஸ்வீட் முந்திரி பீடா

வறுத்த முந்திரி + பாதாம் - 1 கப்,
சர்க்கரை - ½ கப், உலர் பழங்கள் - ¼ கப்,
கிராம்பு - 8, ஏலத்தூள் - சிறிதளவு,
வண்ணத் தேங்காய்த் துருவல் - தேவைக்கு.

செய்முறை : மாவாக்கிய பருப்புக்களை, கம்பிப் பதம் வந்த ஜீராவில் கொட்டி, ஏலப்பொடி சேர்த்து, மார்பிள் கல்லில் கொட்டிப் பரத்தவும். அதன் மேல் பட்டர் பேப்பர் வைத்து சமமாக குழவியால் இட்டு சதுரங்களாக்கவும். ஒவ்வொரு சதுரத்தின் நடுவிலும் பழம், தே. துருவல் வைத்து ஓரங்களைச் சேர்த்து கிராம்பால் குத்தவும்.

- என். பிரபா, ஸ்ரீரங்கம்.



தித்திப்பு 64!



மாம்பழ பர்ஃபி

தேவையான பொருள்கள் :

தேங்காய்த் துருவல், மாம்பழத் துண்டு- தலா 2 கப்,
சர்க்கரை - 1 கப்,
நெய் - ½ கப்,
பால் பவுடர், தேன் - தலா 3 ஸ்பூன்.

செய்முறை :

துருவல், துண்டங்களை நன்கு அரைக்கவும். கம்பிப்பத சர்க்கரைப் பாகில் கலவையைக் கலந்து, பால் பவுடர் சேர்த்து, சிறிது நெய் சேர்த்துக் கிளறி, ஆறியவுடன் வில்லைகள் போடவும்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன், திருச்சி.

சைனாகிராஸ் பாயசம்

தேவையான பொருள்கள் :
சைனா கிராஸ் - 1 பாக்கெட்,
பால் - 1 லிட்டர், சர்க்கரை - ¼ கிலோ,
விருப்பமான ஃபுட்கலர்கள் - சிறிதளவு

செய்முறை : சைனாகிராஸை வெந்நீரில் கரைய விட்டு மூன்று தட்டுக்களில் மூன்றுவித கலர்கள் கலந்து ஆறவைத்து, சிறு துண்டுகள் போடவும். நன்கு காய்ந்த பாலில், சர்க்கரை கலந்து, ஆறியவுடன் கலர்ஃபுல் துண்டு களைக் கலந்து பரிமாறவும்.

- எல். உஷாகுமார், சென்னை.



தித்திப்பு 64!



காலா ஜாமூன்

தேவையான பொருள்கள் :

கோவா - 200 கிராம்,
துருவிய பனீர் - 150 கிராம்,
சர்க்கரை - 300 கிராம்,
மைதா, பால் - தலா 3 தேக்கரண்டி,
தண்ணீர் - 2 கப்,
எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை :

கோவா, பனீர், மைதா, பால் எல்லாவற்றையும் சேர்த்துப் பிசைந்து, உருண்டைகளாக்கி, எண்ணெய்யில் பொரித்தெடுக்கவும். கம்பிப்பத சர்க்கரைப்பாகில் ஊறவிட்டு எடுக்கவும்.

- ஜி. நிர்மலா குணசீலன், தருமபுரி.

பரங்கி விதை அல்வா

தேவையான பொருள்கள் :
சிவப்பு பரங்கி விதை காயவைத்து, அரைத்த விழுது - 1 கப்,
பால் - 2 கப்,
சர்க்கரை - 1 கப், நெய் - ½ கப்,
குங்குமப்பூ - 1 சிட்டிகை.

செய்முறை : எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு, அடுப்பில் வைத்து மிதமான தீயில் சிறிது சிறிதாக நெய்யை விட்டுக் கிளற, பாதாம் அல்வாவுக்கே அல்வா கொடுத்துவிடும் இந்த பரங்கி விதை அல்வா!

- மன்னை ஜி. நீலா, அபிராமபுரம்.



தித்திப்பு 64!



சத்துமாநீர் கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருள்கள் :

சத்துமாவு - 1 கப்,
தண்ணீர் - 4 கப்,
வெல்லம் - ¼ கிலோ,
ஏலப்பொடி - சிறிதளவு.

செய்முறை :

நீர் தெளித்து சத்துமாவை சிறு உருண்டைகளாக உருட்டவும். சுத்தம் செய்த வெல்லத்தை, தேங்காய், ஏலத்துடன் சேர்த்து, நீரில் கொதிக்க விடவும். கொதிக்கும் வெல்லப் பாகு நீரில் உருண்டைகளை, கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போடவும்.

- ஜெகா, கும்பகோணம்.

எள்ளு மிட்டாய்

தேவையான பொருள்கள் :
எள்ளு, வேர்க்கடலை, ரவை, பொட்டுக்கடலை, தேங்காய்ப் பூ - தலா 50 கிராம், எல்லாமே வறுத்தது,
வெல்லம் - 350 கிராம்,
நெய் - 1 ஸ்பூன்.

செய்முறை : சுத்தம் செய்த வெல்லத்தை இலேசான கம்பிப் பாகு வைத்து, ரவையை மட்டும் பொடித்து எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் கிளறி, ஆறவிட்டு சிறு வடை வடிவில் தட்டி வைக்கவும். (பொரிக்க வேண்டாம்).

- பி. இந்துராணி, பெரம்பூர்.



தித்திப்பு 64!



முக்கூட்டு கேசரி

தேவையான பொருள்கள் : துருவிய பெரிய கேரட், சின்ன பீட்ரூட் - தலா 1, தேங்காய்த் துருவல் - 1 மூடி, வறுத்த பாம்பே ரவை - 3 கப், பால் - 2 கப், சர்க்கரை, தண்ணீர் - 6 கப், (தலா) கேசரி பவுடர், ரோஸ் எஸன்ஸ் - சிறிதளவு.

செய்முறை : காய்ச்சிய பாலுடன், தண்ணீர் சேர்த்து ரவையைக் கொட்டி, கலர் சேர்த்துக் கிளறவும். வெந்த ரவை யில் சர்க்கரையைப் போடவும். காய், தேங்காயை தனித்தனியாக வதக்க வும். வெந்த கேசரியைக் கொட்டி, பரப்பி, தே. துருவல், சுற்றி காரட் துருவல், பிறகு பீட்ரூட் துருவல் எனத் தூவி கரண்டியால் அழுத்தி விடவும்.

- என். பாப்பா நல்லபெருமாள், பாளையங்கோட்டை.

லண்டன் சுருள்

தேவையான பொருள்கள் :

பச்சரிசி - 1 கிலோ,
பாசிப் பருப்பு - ¼ கிலோ, நெய் - 100 கிராம்,
சர்க்கரை - 50 கிராம், தேங்காய் - 1.

செய்முறை : ஊறவைத்து, மாவாகப் பொடித்த அரிசியை வறுத்துக் கொள்ளவும். வறுத்துப் பொடித்த பாசிப் பருப்பை மாவுடன் கலக்கவும். தேங்காய்ப் பாலெடுத்து, இளஞ்சூடாக்கி சர்க்கரையையும், நெய்யையும் போட்டு மாவையும் சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்ளவும். இதை விரல் அளவு அப்பளங்களாக இழுத்துக் காய்ந்தபின் பொரித்தெடுக்கவும்.

- கே. மகாலெட்சுமி, திண்டுக்கல்.



தித்திப்பு 64!



உருளைக்கிழங்கு அல்வா

தேவையானவை :
உருளைக்கிழங்கு - ½ கிலோ,
சர்க்கரை - 2 ஆழாக்கு,
நெய் - 200 மில்லி,
ரீஃபைண்ட் ஆயில் - 50 மில்லி,
கலர், முந்திரி, பாதாம் - சிறிதளவு.

செய்முறை : கம்பிப்பதம் வைத்த சர்க்கரைப் பாகில் மசியலைப் போட்டு, நெய், ஆயில் இரண்டையும் சேர்த்து நன்கு அல்வா பதத்திற்குக் கிளறிக் கொட்டவும். வறுத்த பருப்புக்களை மேலே தூவி அலங்கரிக்கவும். வேகவைத்து, தோலுரித்த கிழங்கை மசிக்கவும்.

- எஸ். ஹேமலதா சுவாமிநாதன், பொள்ளாச்சி.

பிரெட் புட்டு

தேவையானவை :
பிரெட் தூள் - 2 கப்,
வெல்லம் - ¾ கப்,
நெய் - ¼ கப்,
முந்திரித் துண்டு, தேங்காய்த் துருவல் - தலா ¾ ஸ்பூன்

செய்முறை : நெய்யில் வறுத்த பிரெட் துண்டுகளைப் பொடிக்கவும். சுத்தம் செய்த கம்பிப்பாகு பத வெல்லத்தில் பொடியைப் போட்டு, வறுத்த முந்திரி, வறுத்த தேங்காய் சேர்க்கவும்.

- எஸ். ஜெயா சம்பத், ஆதம்பாக்கம்.



தித்திப்பு 64!



திடீர் அப்பம்

தேவையானவை :

கோதுமை மாவு - 1 கப்,
அரிசி மாவு - ¼ கப்,
வெல்லத்தூள் - 200 கிராம்,
நெய், ஏலப்பொடி - தேவைக்கு.

செய்முறை : மாவுகளை, வெல்லம், ஏலம் சேர்த்து தோசை மாவு பதத்திற்கு கரைக்கவும். அப்பக் குழியில் நெய் விட்டு பொன்னிறமாகப் பொரிக்கவும்.

- வசந்தகோகிலம், செம்பூர்.

காஜு பனீர் ஸ்வீட்

தேவையானவை :
பனீர் - 100 கிராம்,
மைதா - 1 கப், சர்க்கரை - 1½ கப்,
அரிசி மாவு - 1 தேக்கரண்டி,
சமையல் சோடா - ½ தேக்கரண்டி,
முந்திரி விழுது - 2 தேக்கரண்டி,
லெமன் மஞ்சள் - 1 சிட்டிகை, தயிர் - சிறிதளவு.

செய்முறை : மசித்த பனீருடன் எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் கெட்டியாகக் கரைத்து சிறு சிறு குணுக்கு களாக எண்ணெய்யில் பொரிக்கவும். பொரித்ததை சர்க்கரைப்பாகில் போடவும்.

- கே. நாச்சியார், பல்லாவரம்.



தித்திப்பு 64!



பம்பாய் ஜிலேபி

தேவையானவை :

மைதா மாவு, சர்க்கரை - தலா 200கிராம்,

உளுத்தம் பருப்பு, தயிர் - தலா 100 கிராம், உப்பு,

கலர் - 1 சிட்டிகை,

எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை : தயிர், உப்பு சேர்த்துப் பிசைந்த மைதா மாவை எட்டு மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். ஊறிய உளுத்தம் பருப்பை அரைத்து மாவுடன் கலந்து ஜிலேபியாக எண்ணெயில் பிழியவும். கம்பிப்பத பாகில் ஊறவிட்டு எடுத்து வைக்கவும்.

- ரம்யா வெங்கடேஷ், எழும்பூர்.

கடலை மாவு அல்வா

தேவையானவை :
கடலை மாவு - 1கப்,
நெய், சர்க்கரை - தலா 2 கப்,
தண்ணீர் - 3 கப்,
கேசரி பவுடர், முந்திரி, ஏலப்பொடி - தேவைக்கு.

செய்முறை : சலித்த மாவை நெய்யில் நன்கு வறுக்கவும். கீழே இறக்கி வைத்து, தண்ணீர் சேர்த்து கட்டியில்லாமல் கிளறவும். இதரச் சாமான்களைச் சேர்த்து அல்வா பதம் வரும் வரை அடுப்பில் வைத்துக் கிளறவும்.

- பத்மினி சேகர், பெங்களூரு.



தித்திப்பு 64!



மரவள்ளி அடை

தேவையானவை : மரவள்ளிக் கிழங்கு, புழுங்கல் அரிசி, வெல்லம் - தலா ¼ கிலோ, ஏலப்பொடி - ¼ ஸ்பூன், கடலைப் பருப்பு - 100 கிராம், தேங்காய்ப் பால் - 2 ஸ்பூன்.

செய்முறை : சுத்தம் செய்த கிழங்கையும் ஊறவைத்த அரிசி, பருப்புடன், கெட்டியாக அரைக்கவும். வெல்லப்பாகில், ஏலம், தேங்காய் சேர்த்து மாவில் கலக்கவும். மிதமான தீயில் அடையாக வார்க்கவும்.

- எஸ். மீனாட்சி, கோவை.

மரவள்ளி கேக்

தேவையானவை : மரவள்ளிக்கிழங்கு சேமியா மாவு - 1 கப், சர்க்கரை - 75 கிராம், ஏலம் - 3, தேங்காய்த் துருவல் - 3 ஸ்பூன், உப்பு - 1 சிட்டிகை, எண்ணெய் - தேவைக்கு.

செய்முறை : சர்க்கரையை நீரில் கரைத்துக் கொண்டு மற்றெல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் பிசைந்து, வாழை இலையில் பரத்தி, கேக் வடிவில் 'கட்' பண்ணவும். வெட்டிய துண்டுகளை எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- சந்திரா பத்மநாபன், பொழிச்சலூர்.



தித்திப்பு 64!



பிரெட் ஸ்வீட் கச்சோரி

தேவையானவை :

பிரட் - 10 ஸ்லைஸ்,
சர்க்கரை, தே. துருவல் - தலா 1 கப்,
நெய் - சிறிதளவு.

செய்முறை :

சர்க்கரை, தேங்காய் இரண்டையும் சேர்த்து பூரணம் செய்யவும். பிரட்டை நீரில் நனைத்துப் பிழிந்து, பூரணம் சேர்த்து வடை போல் தட்டி, தோசைக்கல்லில் நெய் விட்டுப் பிரட்டவும்.

- என். ரஜினி, திருமுல்லைவாயல்.

அடுப்பேறாத ஸ்வீட்

தேவையானவை : அவல் பொரி, பால்கோவா, சர்க்கரை - தலா 100 கிராம், பொட்டுக்கடலை, உப்புப் போடாத வேர்க்கடலை- தலா 50 கிராம், கொக்கோ பவுடர் - ¼ ஸ்பூன், ஏலம், முந்திரி - தேவைக்கு.

செய்முறை : பொரி, பொட்டுக்கடலை, வேர்க்கடலை, சர்க்கரை, முந்திரி, ஏலம் எல்லாவற்றையும் பொடித்து, கோவா, கொக்கோ பவுடருடன் சேர்த்து உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- சீதா ராமன், கொல்கத்தா.



தித்திப்பு 64!



இஞ்சி கேக்

தேவையானவை :

இஞ்சி - 1/4 கிலோ,
சர்க்கரை - 1/2 கிலோ,
கசகசா - 1 1/2 தேக்கரண்டி,
பால் - 100 மி.லி.,
பாலேடு - 100 கிராம்,
நெய் - தேவைக்கு.

செய்முறை : ஊறவைத்த கசகசா, சுத்தம் செய்த இஞ்சி இரண்டையும் பால் விட்டு விழுதாக அரைக்கவும். சர்க்கரை, பாலேடு இரண்டையும் அடுப்பிலேற்றி, விழுதையும் போட்டுக் கிளறவும். நெய் விடவும். ஓரம் ஒட்டாமல் வந்தவுடன் தட்டில் கொட்டி, வில்லைகளாக்கவும்.

- இந்திரா மோகன், பட்டுக்கோட்டை.

கேழ்வரகு உருண்டை

தேவையானவை :

கேழ்வரகு மாவு - 1 கப்,
வறுத்து தோல் நீக்கிய வேர்க்கடலை - ¼ கப்,
வறுத்த வெள்ளை எள் - 2 ஸ்பூன்,
வெல்லம் - 50 கிராம்,
நெய் - ¼ கப்.

செய்முறை : மாவை நீர் விட்டுச் பிசைந்து மொறுமொறுப்பான பூரிகளாகச் சுட்டுக் கொள்ளவும். மற்றெல்லா வற்றுடன் பூரியையும் பொடித்து நெய்யைச் சுடவைத்து ஊற்றி உருண்டை களாக்கவும்.

- உஷா சுரேஷ், முகப்பேர்.



தித்திப்பு 64!



நெய் உருண்டை

தேவையானவை :
கடலை மாவு, சர்க்கரை - தலா 1 கப்,
நெய், ஏலப்பொடி தேவைக்கு.

செய்முறை :
சிறிது நெய்யில் மாவை வறுக்கவும். ஆறிய மாவில் சர்க்கரைத் தூள், ஏலத்தூள் சேர்த்து, சூடான நெய்யை விட்டு உருண்டை பிடிக்கவும்.

- கே. ஹேமமாலினி, மணப்பாறை.

ஒப்பிட்டுலு

தேவையானவை :
மைதா மாவு - 1¼ கப்,
பாசிப் பயறு - 1 கப், சர்க்கரை - 1½ கப்,
ரவை - 2 ஸ்பூன்,
நல்லெண்ணெய், நெய் - தலா 50 கிராம், ஏலம் - 5.

செய்முறை : மாவையும், ரவையையும் எண்ணெய் விட்டுப் பிசைந்து ஊறவைக்கவும். வெந்த பாசிப் பருப்பை சர்க்கரை சேர்த்துப் பூரணமாக்கவும். மாவில் சொப்பு செய்து, பூரணத்தை வைத்து போளி போல் தட்டி சுட்டு எடுக்கவும்.

- எம். பிருந்தா, மைலாப்பூர்.



தித்திப்பு 64!



ஸ்வீட் ஸ்பான்ஜ் கேக்

தேவையானவை :
மைதா - ¼ கிலோ,
பால் - ¼ லிட்டர்,
சர்க்கரை - 150 கிராம்,
கேசரி பவுடர் - ¼ ஸ்பூன்,
சமையல் சோடா - 1 ஸ்பூன்,
வெண்ணெய் - 100 கிராம்.

செய்முறை : காய்ச்சிய பால் ஆறியவுடன் மாவைக் கொட்டி, வெண்ணெய் தவிர, மற்றெல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் கலக்கவும். குக்கர் கன்டெய்னர் உட்புறம் வெண்ணெய் தடவி, மாவைப் பரத்தி, தட்டு போட்டு மூடி சிம்மில் வைக்கவும். வாசனை வந்ததுடன் எடுத்து, வில்லைகளாக்கவும்.

- ஆர். கோகிலம், விருகம்பாக்கம்.

பச்சரிசி அல்வா!

தேவையானவை :
பச்சரிசி மாவு, பாகு வெல்லம் - தலா ½ கிலோ,
பசும் பால் - 3 லிட்டர்,
நெய் - 1½ கிலோ.

செய்முறை :
பொடி செய்த வெல்லத்தை, பாலில் கரைக்கவும். வடிகட்டிய கரைசலை அடுப்பிலேற்றி, மாவைப் போட்டுக் கிளறவும். ஓரளவு வெந்ததும் நெய்யை விட்டுக் கிளறி ஏலப்பொடி தூவவும்.

- ஏ. கீதா ஆறுமுகம், தூத்துக்குடி.



தித்திப்பு 64!



ஆப்பிள் கேசரி

தேவையானவை :

பழுத்த ஆப்பிள் - 4, ரவை - 1 கப், சர்க்கரை - 1/2 கப், வனஸ்பதி, கேசரி பவுடர், ஏலம் - சிறிதளவு.

செய்முறை :

தோல் நீக்கிய ஆப்பிளை விழுதாக்கவும். விழுதுடன், சர்க்கரை, வனஸ்பதி சேர்த்துக் கிளறவும். நெய்யில் வறுத்த ரவையை கேசரியாக்கி ஆப்பிள் விழுதுடன் கலந்து கொட்டவும்.

- கே. ராஜலட்சுமி, நங்கநல்லூர்.

தேங்காய் சுகியன்

தேவையானவை :

தேங்காய்த் துருவல் - 1 மூடி, வெல்லம் - 50 கிராம், ஏலத்தூள் - சிறிதளவு, எண்ணெய், தோசை மாவு - தேவைக்கு.

செய்முறை :

தேங்காய்த் துருவல், துருவிய வெல்லம், ஏலம் சேர்த்து, பூரணமாகக் கிளறவும். அதை சிறு வட்டமாக உருட்டி தோசை மாவில் நனைத்து, எண்ணெயில் பொரிக்கவும்.

- எஸ். ரமாமணி, சென்னை.



தித்திப்பு 64!



டிரை ஃப்ரூட் லட்டு

தேவையானவை :
பாதாம், பிஸ்தா,
அக்ரூட் - தலா ½ கப்,
முந்திரி - 100 கிராம்,
கோவா - 150 கிராம்,
சர்க்கரை - 2 கப்,
பால் - 1 கப்.

செய்முறை : பிஸ்தாவை நைசாகவும், மீதம் பருப்புக்களை ஒன்றிரண்டாகவும் பொடிக்கவும். நன்கு காய்ந்த பாலில் கோவா, சர்க்கரை கலந்து 5 நிமிடம் கொதித்தவுடன், டிரைஃப்ரூட்ஸ் சேர்த்து, ஆறியவுடன் உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும். பிறகு பிஸ்தா மாவில் புரட்டி வைக்கவும்.

- வத்சலா சதாசிவன், சிட்லபாக்கம்.

பிடி கொழுக்கட்டை

தேவையானவை :
பச்சரிசி மாவு - 2 கப்,
வெல்லம் - 1 கப்,
பொடியாக நறுக்கி வதக்கிய தேங்காய்ப் பல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
வறுத்த எள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
ஏலம் - சிறிதளவு.

செய்முறை : அரிசி மாவுடன் தேங்காய்ப் பல், எள், ஏலம், சேர்த்து வெல்லப்பாகில் போட்டுக் கிளறவும். ஆறியவுடன் உருண்டை களாக்கி, இட்லி போல் ஆவியில் வைத்து எடுக்கவும்.

- தி. வந்தினி, கோவை.



தித்திப்பு 64!

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar September 2008 issue



வேர்க்கடலை ரசகுல்லா

தேவையானவை :
மைதா மாவு - 500 கிராம்,
வறுத்த கடலை - 100 கிராம்,
சர்க்கரை - 200 கிராம்,
எண்ணெய் - தேவைக்கு.

செய்முறை : ஊறிய கடலையை நைசாக அரைத்து, மாவுடன் சேர்த்து, சிறிது நீர் கலந்து கிளறவும். ஆறியபின் உருண்டைகளாக்கி எண்ணெயில் பொரிக்கவும். பொரித்த உருண்டைகளை, கம்பிப் பத பாகில் போட்டு ஊறவிடவும்.

- டெய்சி கும்பத், எக்மோர்.

தொகுப்பு : மாலதி சந்திரசேகரன்

கும்பம்



(அவிட்டம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3ஆம் பாதங்கள்)

கும்ப ராசி நேயர்களே! இறையருள் கூடும். நினைத்தது நடக்கும். நீண்ட கால கனவுகள் நனவாகும். எதிரிகளை வீழ்த்த சரியான நேரம். கணவன் - மனைவி இடையில் சிறு சிறு பிரச்னைகள் தலைதூக்கும். வேலைப் பளு கூடும். பெண்கள் தாயார் மற்றும் சகோதரவழியில் பண உதவி பெறுவர். மாணவர்கள் கல்வி நிமித்தம் வெளிநாடு செல்ல நேரும். வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழி அல்லல் அகலும். உயர் அதிகாரிகளின் ஆதரவு பெருகும். *1.9.2008* காலை மணி *6.20* முதல் *3.9.2008* பகல் மணி *2.04* வரை சந்திராஷ்டமம் மற்றும் *28.9.2008* பகல் மணி *2.38* முதல் *30.9.2008* இரவு மணி *10.30* வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 6, 8

அதிர்ஷ்டநிறம்:

புகை வண்ணம்

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் மற்றும் சனிக்கிழமைகளில் ஸ்ரீ குருவாயூரப்பனையும் தர்மசாஸ்தாவை வழிபடவும். இயலாதவர்கள் உள்ளூரில் உள்ள ஐய்யனார் கோயில் சென்று வழிபடவும்.

(பூரட்டாதி 4 ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி)

மீனராசி நேயர்களே! அன்றாடப் பணிகளில் மிகவும் சுறுசுறுப்புடன் ஈடுபடுவீர்கள். தொழில்புரிவோர் அதிக உழைப்பு, அதிக லாபம் என மனமகிழ்ச்சி பெறலாம். கொடுக்கல் வாங்கலில் நாணயம் தவற மாட்டீர்கள். பெண்களுக்கு தாயார் வீட்டு மூலம் அனுகூலம் உண்டு. மாணவர்கள் கடின உழைப்பினால் இலக்கைத் தொட்டு விடுவீர்கள். விவசாயிகளுக்கு சொத்தில் இல்லங்கம் தீரும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பணிச்சுமையுடன் கூடிய இடமாறுதல் மற்றும் பதவி உயர்வும் கிட்டும். கலைஞர்களுக்கு அரசு வழியில் விருது, சான்று என்று கௌரவம் கிட்டும். *3.9.2008* பகல் மணி *2-4* முதல் *5.9.2008* இரவு வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை.

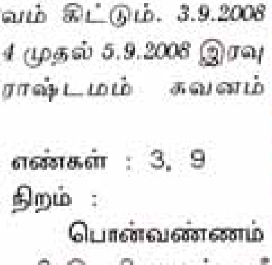
அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 3, 9

அதிர்ஷ்ட நிறம் :

பொன்வண்ணம்

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் ஸ்ரீ தட்சிணாமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி மஞ்சள் வண்ண மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும். 'தட்சிணாமூர்த்தி அஷ்டகம்' பாராயணம் செய்க.

மீனம்



Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/06-08 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/06-08 - Registered as a Newspaper in Srilanka

விநாயகர் சதுர்த்தி கோலம்!



(13 புள்ளி / 13 வரிசை நேர்புள்ளி)

ந.சித்ராதேவி, பட்டுக்கோட்டை

அட்டைப்படம் :